

Vitalité

BRETENIÈRE (vill'âge bleu)

Animatrice : anim



Contact : FAPA SENIORS 21 - 03.80.30.07.81

*Les horaires indiqués sont les horaires des séances. Pour la réservation de la salle, merci de prendre en compte 30 min supplémentaires avant et après chaque séance.

Séance 1 Mon âge face aux idées reçues	mardi 19 mars 2024 → 14h30 - 17h00
Séance 2 Ma santé : agir quand il est temps	mardi 26 mars 2024 → 14h30 - 17h00
Séance 3 Nutrition, la bonne attitude	mardi 2 avril 2024 → 14h30 - 17h00
Séance 4 L'équilibre en bougeant	mardi 9 avril 2024 → 14h30 - 17h00
Séance 5 Bien dans sa tête	mardi 30 avril 2024 → 14h30 - 17h00
Séance 6 "Un chez moi adapté, un chez moi adopté" ou "A vos marques, prêt, partez" ou "Vitalité et éclats pour soi !"	mardi 7 mai 2024 → 14h30 - 17h00
Bilan	mardi 4 juin 2024 → 14h30 - 16h00

Salle :

Salle d'animation - Vill'âge bleu - Rue de la petite pièce de L'Orme - 21110 Bretenière