

Bien vieillir en Anjou !

Ateliers «Bien-être» sur le Lion d'Angers pour les + de 60 ans

Le CLIC de l'Anjou Bleu vous propose :



Un temps pour soi : prendre soin de ses mains

- Jeudi 2 juin de 14h30 à 16h30
- Avec : la Socio-esthéticienne - Léonie REGNAULT



Nutrition, les bonnes pratiques pour se faire plaisir :

- Vendredi 10 juin de 14h30 à 16h30
- Avec : la Diététicienne DPSP - Maud LENOIR



Bouger en douceur :

- Mardi 14 juin de 9h30 à 11h30
- Avec : l'Enseignante APAS - Emeline AUBRY



Échanger sur son quotidien :

- Jeudi 23 juin de 14h30 à 16h30
- Avec : la Psychologue - Marie DELBECQ

Venez échanger, participer et vous informer à la Salle Antoine Paillard - Complexe Saint-Exupéry - 6 place Léon Cochard - 49220 Le Lion d'Angers

Infos pratiques :



CLIC de l'Anjou bleu
Maison de Pays
Route d'Aviré –
Segré-en-Anjou-Bleu
02 41 61 29 91
clic@anjoubleu.com



En partenariat avec :



Action financée par la Conférence des financeurs de la prévention de la perte d'autonomie du Département de Maine-et-Loire

maine-et-loire.fr

maine_et_loire | f Departement49

DÉPARTEMENT DE MAINE-ET-LOIRE
anjou