

# Bien vieillir en Anjou !

## Ateliers «Bien-être» sur le Louroux-Béconnais pour les + de 60 ans

Le CLIC de l'Anjou Bleu vous propose :



### Échanger sur son quotidien :

- Jeudi 9 juin 9h30 à 11h30
- Avec :  
la Psychologue -  
Marie DELBECQ



### Un temps pour soi : prendre soin de ses mains

- Mardi 14 juin 9h30 à 11h30
- Avec :  
la Socio-  
esthéticienne -  
Léonie REGNAULT



### Nutrition, les bonnes pratiques pour se faire plaisir :

- Mardi 21 juin 9h30 à 11h30
- Avec :  
la Diététicienne  
DPSP - Maud LENOIR



### Bouger en douceur :

- Mardi 28 juin 9h30 à 11h30
- Avec :  
l'Enseignante APAS -  
Emeline AUBRY

Venez échanger, participer et vous informer à France Service -  
Place de la mairie - 49370 Le Louroux-Béconnais -  
Val-d'Erdre-Auxence

En partenariat avec :

Val d'Erdre  
Auxence



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



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 Département49

DÉPARTEMENT DE MAINE-ET-LOIRE

anjou