

Bien vieillir en Anjou !

Ateliers «Bien-être» sur Pouancé pour les + de 60 ans

Le CLIC de l'Anjou Bleu vous propose :



Échanger sur son quotidien :

- Jeudi 9 juin de 14h30 à 16h30
- Avec :
la Psychologue -
Marie DELBECQ



Un temps pour soi : prendre soin de ses mains

- Mercredi 15 juin de 14h30 à 16h30
- Avec :
la Socio-
esthéticienne -
Léonie REGNAULT



Bouger en douceur :

- Mardi 21 juin de 9h30 à 11h30
- Avec :
l'Enseignante APAS -
Emeline AUBRY



Nutrition, les bonnes pratiques pour se faire plaisir :

- Vendredi 1^{er} juillet de 9h30 à 11h30
- Avec :
la Diététicienne
DPSP - Maud LENOIR

Venez échanger, participer et vous informer à la Salle des Nymphes - 36 rue du Maréchal Foch - 49420 Ombrée d'Anjou

En partenariat avec :



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 Departement49

DÉPARTEMENT DE MAINE-ET-LOIRE
anjou