

Bien vieillir en Anjou !

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

Le CLIC de l'Anjou Bleu vous propose :



Un temps pour soi : prendre soin de ses mains

- Jeudi 9 juin de 14h30 à 16h30
- Avec : la Socio-esthéticienne - Léonie REGNAULT



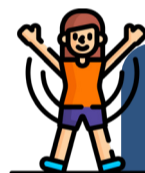
Nutrition, les bonnes pratiques pour se faire plaisir :

- Mardi 21 juin de 14h30 à 16h30 - Salle 2
- Avec : la Diététicienne DPSP - Maud LENOIR



Échanger sur son quotidien :

- Jeudi 30 juin de 14h30 à 16h30
- Avec : la Psychologue - Marie DELBECQ



Bouger en douceur :

- Mardi 12 juillet de 9h30 à 11h30
- Avec : l'Enseignante APAS - Emeline AUBRY

Venez échanger, participer et vous informer au PETR du Segréen - Maison de Pays - Route d'Aviré - 49500 Segré

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 | Departement49

DÉPARTEMENT DE MAINE-ET-LOIRE
anjou