



LUNDI 6- 14H30 *

Réflexions musicales par Robert Jouffrey dans le cadre de la semaine bleue en partenariat avec l'EGPE

JEUDI 2 - 9H30

Découverte yoga du rire
12 places sur inscription
ou
Activité physique **en extérieur**

LUNDI 13- 14H30 *

Conférence et échanges "activité physique et prévention des chutes" (Sport Chevreul)

JEUDI 9- 9H30 *

Bien vieillir, se maintenir en bonne santé (par la CPTS)

LUNDI 20 - 14H30

Atelier créatif sur la calligraphie
(inscription: 10 places 
ou rencontre café-jeux

JEUDI 16

APA 9h ou 10h sur inscriptions (12 / groupe)

***voir le programme de la semaine bleue en annexe**

vacances scolaires du 20 octobre au 1er novembre

LES ACTIVITÉS SONT OUVERTES À TOUS GRATUITEMENT

Infos /contact : seniors@mjcjeanmace.fr