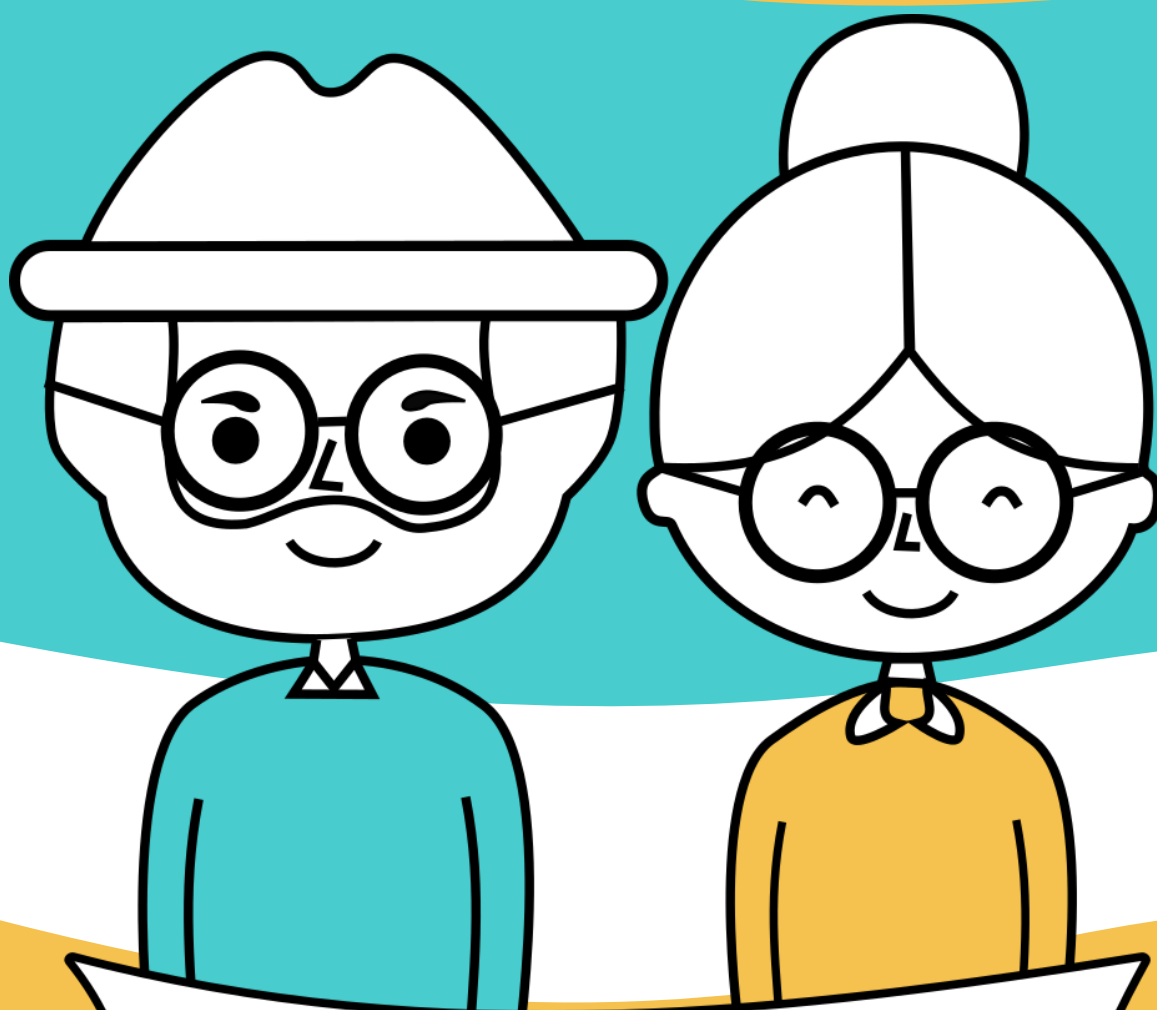


Mars
Avril
2020

Ateliers Relaxation

Saint Bonnet de Joux



Bien dans sa tête

L'IREPS, Antenne de
Saône et Loire et
l'association « Bien
Vieillir en Val de Joux »,
vous propose :

Programme

« Il y a une chose de formidable avec la relaxation... C'est qu'elle se pratique à tout âge et peut nous accompagner tout au long de la vie. »

Quoi :

5 ateliers de relaxation, accompagnés par un professionnel du territoire

Pour qui : Les personnes âgées de plus de 60 ans

Où: Salle « Espace Senior », résidence du Val de Joux, 80 route de la chapelle, St Bonnet de Joux

Quand :

Le jeudi 12 mars 2020 à 10h

Le jeudi 19 mars 2020 à 10h

Le jeudi 26 mars 2020 à 10h

Le jeudi 2 avril 2020 à 10h

Le jeudi 9 avril 2020 à 10h



Modalités de participation:

- Inscription gratuite, obligatoire
- Nombre de places limitées

Contact :

Manon COLARD

@ m.colard@ireps-bfc.org

03 85 39 42 75

Bulletin de participation

Je souhaite m'inscrire aux ateliers relaxation proposés

Nom :

Prénom :

Ville de résidence :

Téléphone / Email :

.....

Contacts :

- Manon COLARD

4 quais des marans, 71000 Macon

@ m.colard@ireps-bfc.org

03 85 39 42 75



- Association Bien vieillir en Val de Joux

Résidence du Val de Joux

Marie-Anne LARTAUD

80 route de la chapelle, Saint Bonnet de Joux

03 85 70 48 10



Conférence
des financeurs
Autonomie **71**



saône-et-loire
LE DÉPARTEMENT

BIEN VIEILLIR
EN VAL DE JOUX



Ce projet est réalisé grâce au soutien financier de la Conférence des financeurs – Saône et Loire