



Ateliers prévention seniors

Proposés par le Centre Communal d'Action Sociale (CCAS)
de la ville d'ARTIGUES-PRES-BORDEAUX

Avec le soutien de Conférence des financeurs de la prévention de la perte d'autonomie de la Gironde, la CARSAT Aquitaine et ses partenaires de l'interrégime.



***Détails ateliers et informations complémentaires au dos du flyer**

Ateliers proposés :

Activité physique adaptée - Sport adapté aux PMR

Gym douce - Marche douce - Multi sports

Loisirs créatifs - Numérique/Informatique

Form'Bien-être (ASEPT) - Socio-esthétique

Sport et Massage bien-être à domicile

Nutrition - Sommeil, Sophrologie et réflexologie - Yoga

Yoga du rire (ASEPT)

Mémoire - Vélo cognitif (REVLIM)

Initiation aux 1ers secours

Théâtre - Lecture contée - Rendez-vous musicaux

Jardin partagé

Aide aux aidants

La participation est gratuite mais l'inscription est obligatoire.

Pour s'informer et s'inscrire



05 56 74 02 23



ccas@artigues-pres-bordeaux.fr



www.artigues-pres-bordeaux.fr



Sur place, Château Bétailhe ,72 avenue de l'Eglise

Romane, 33370 ARTIGUES-PRES-BORDEAUX

Horaires : lundi au vendredi, 8h30-12h00/13h30-17h00