



● HORIZONS PARTAGÉS

Bien vivre après 55 ans, chaque mercredi après-midi de 14 h à 18 h

📍 *Salle polyvalente de Matafelon – Granges*

● **Envie de rencontres, d'activités variées et de moments chaleureux ?**

➤ Rejoignez notre groupe dynamique et bienveillant !

● **Nos activités :**

🧘 **Activités physiques** : pilates ; gymnastique à thèmes ; marche ;

🎭 **Sorties culturelles** : musées, spectacles...

🗣️ **Ateliers & conférences** : des clés pour être acteur de votre santé au quotidien

☕ **Rencontres conviviales** : cafés-discussions, repas partagés et projets festifs en développement.

● **Pourquoi nous rejoindre ?**

🤝 Créer des liens ;

🧘 Prendre soin de soi ;

☀️ Partager des moments uniques dans un cadre bienveillant.

● **Une association inclusive et moderne où chaque membre compte.**

➡ **Venez enrichir votre quotidien avec nous !**

📍 **Infos pratiques :**

☎️ 06 86 13 10 81

✉️ Horizons.Partages@gmx.fr

💰 Adhésion annuelle : 25 €

