

ATELIERS
GRATUITS

INTERVENANTS
PROFESSIONNELS

ateliers BIEN-ÊTRE

PERSONNES DE
+ DE 60 ANS

TRANSPORT
SOLIDAIRE

**PROFITEZ DE CES ATELIERS DÉCOUVERTE
POUR PRENDRE SOIN DE VOUS !**

La Mairie de Plaine d'Argenson et l'association CIF-SP, Solidaires entre les âges vous invitent aux ateliers bien-être ! Café et thé d'accueil ainsi qu'un goûter partagé en fin d'atelier.



Salle des fêtes, Place de la mairie, 79360 Plaine-d'Argenson
Les Mardis de 14h30 à 16h00

- 06 Janvier 2026: Présentation du programme d'activité
- 20 Janvier 2026: Sophrologie
- 03 Février 2026: Découverte de la matière, céramique
- 17 Février 2026: Atelier papot'âge, jeux, création...
- 03 Mars 2026: Sophrologie
- 17 Mars 2026: Découverte de la matière, céramique
- 31 Mars 2026: Atelier papot'âge, jeux, création...
- 14 Avril 2026: Sophrologie
- 28 Avril 2026: Vie affective et intime
- 12 Mai 2026: Les mots et les émotions: s'exprimer sereinement
- 26 Mai 2026: Prévention santé, l'alimentation
- 09 Juin 2026: Les mots et les émotions: s'exprimer sereinement
- 23 Juin 2026: Atelier papot'âge, jeux, création...
- 07 Juillet 2026: Atelier papot'âge, jeux, création...

Renseignements et inscriptions :
sur le standart au **05 49 37 07 78**
ou sur le téléphone de

Nathalie Raynaud, référente pour votre commune, 06 46 78 60 97



Cofinancé par
l'Union européenne

