

# ACTIVITÉS SANTÉ ET BIEN ÊTRE

POUR LES + DE 60 ANS  
ET RETRAITÉS

DE SEPTEMBRE À JUIN 2025



**UN NOUVEL ELAN !**

**BOUGER**

**CREER**

**S'EXPRIMER**

**RENCONTRER**

## Programme des joyeux vendredis

Yoga adapté sur chaise  
Tous les vendredis 9h-10h

Art dessin, chant, danse  
12 séances/an  
vendredi 10h-11h30

**INFOS / INSCRIPTION**

**Céline JOUVERT**  
Enseignante yoga

**06 08 49 81 98**

**OU ?**  
**ESPACE LOUISE MICHEL**

**QUAND ?**  
**VENDREDI MATIN**

**GRATUIT**

