

LE PLAISIR DE BIEN VIEILLIR

Votre santé personnalisée



VENEZ PARTICIPER
AUX ATELIERS SANTÉ
PAYS FORT SANCERROIS
DÈS SEPTEMBRE 2020

Ne pas jeter sur la voie publique



Mémoire
Équilibre
Alimentation
Numérique
+ Ateliers optionnels



Inscription (obligatoire) et renseignements
auprès de Fanny Bordier
02 54 70 50 76 ou fanny.bordier@murec.fr



Thématiques	Horaires et dates	Lieux
Ateliers équilibre	Les vendredis de 10h à 11h 18 et 25 septembre 2, 9 et 16 octobre 6, 13, 20 et 27 novembre 4, 11 et 18 décembre	Gymnase Vailly-sur-Sauldre
Ateliers mémoire	Les vendredis de 11h 15 à 12h 15 18 et 25 septembre 2, 9 et 16 octobre 6, 13, 20 et 27 novembre 4, 11 et 18 décembre	
Aidants familiaux	Début 2021	Sancerre
Naturopathie		
Yoga		
Ateliers Numérique		
Ateliers alimentation		
Séance bilan	Mai 2021	

**Dans le cadre de la conférence des financeurs
de la prévention de la perte d'autonomie
des personnes âgées du Cher.**



Ensemble, les caisses de retraites s'engagent



En partenariat avec

