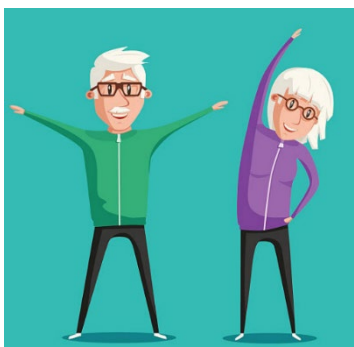




VITALITE ET GOURMANDISE

Partager un moment de convivialité autour d'une activité physique douce ou d'une recette de cuisine pour apprendre à rester en forme après 60 ans.

Chaque atelier se compose d'une partie pratique (réalisation d'une recette simple ou d'une activité physique modérée) et d'une partie plus théorique sur la thématique de l'atelier abordée de façon ludique et interactive.

Les ateliers sont gratuits

Ils sont composés de 8 séances de 2h les vendredis 2, 9, 16, 23 et 30 octobre puis les 6, 13 et 20 novembre de 14h à 16h.



Nombre de places limité – Pensez à vous inscrire dès maintenant !

Renseignements et inscriptions au CCAS de la Chapelle St Mesmin au 02 38 22 77 75 ou par mail ccas@ville-lachapellesaintmesmin.fr

