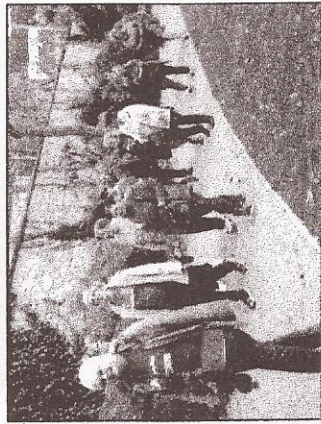


BALADES SANTE



Balades santé de 45 à 60 minutes destinées à un public adulte en reprise d'activité qui recherche un rythme très léger de marche en petit groupe.

Balades adaptées aux personnes en difficultés de mobilité ou isolées.

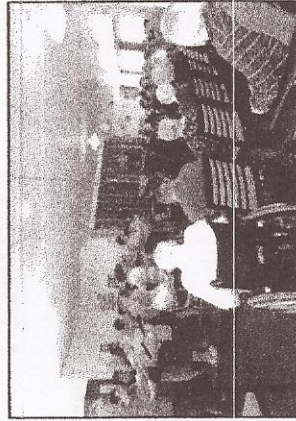


Rythme très léger, petit goûter, étirements et relaxation après l'effort.

GROUPES DE CHANT



Groupes de chant « Santé vous bien » et « chorale de la différence » (avec intégration de personnes en situation de handicap) adaptés à des débutants et encadrés par un artiste musicien. Chansons françaises faciles d'accès, ambiance joyeuse.



Représentations en foyers de personnes âgées, lors de forums ou actions santé.

ATELIERS BIEN-ETRE



Divers ateliers sont mis en place :

Ateliers lecture – discussion

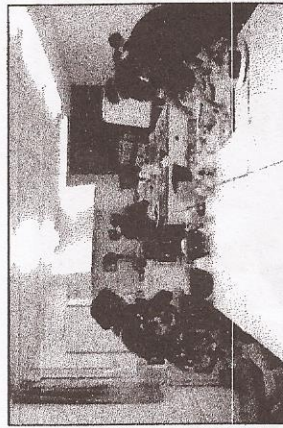
Ateliers d'écriture

Ateliers coloriage

Ateliers créatifs

Ateliers nutrition

Ateliers de développement personnel



Petits groupes de divers horizons souhaitant découvrir et partager en toute convivialité.