

# ATELIERS SANTÉ, DÉCOUVERTES, ÉCHANGES

Un programme pour cultiver à la fois  
sa santé, son réseau et sa curiosité !

2020/2021

## MÉMO GYM

Stimuler mémoire et attention, en passant un bon moment : c'est la recette de Mémo-Gym.



4 animatrices bénévoles proposent 2 fois par mois des exercices variés et ludiques pour entretenir ses méninges.

Le tout dans une ambiance décontractée et sans jugement.

**> Les jeudis de 9 h 30 à 11 h 30**

**Séance découverte gratuite le 1<sup>er</sup> octobre**  
**Centre Socio-culturel La Pommeraye**

*Séances les : 15 oct - 5 nov - 19 nov - 3 déc*

*17 déc - 7 janv - 21 janv - 4 fév - 18 fév - 11 mars*

*25 mars - 8 avril - 22 avril - 20 mai - 3 juin*

24 € l'année (16 séances)

+ adhésion au Centre Social 9 €/foyer