

VOTRE INSCRIPTION

Places limitées

NOM

Prénom

Date de naissance

Adresse

Caisse de retraite

Tél

Email

Date limite d'inscription

Lundi 20 janvier 2020

Bulletin à retourner à

Centre Hospitalier

Mme Corinne LEFEBVRE

Responsable Culture / Animation

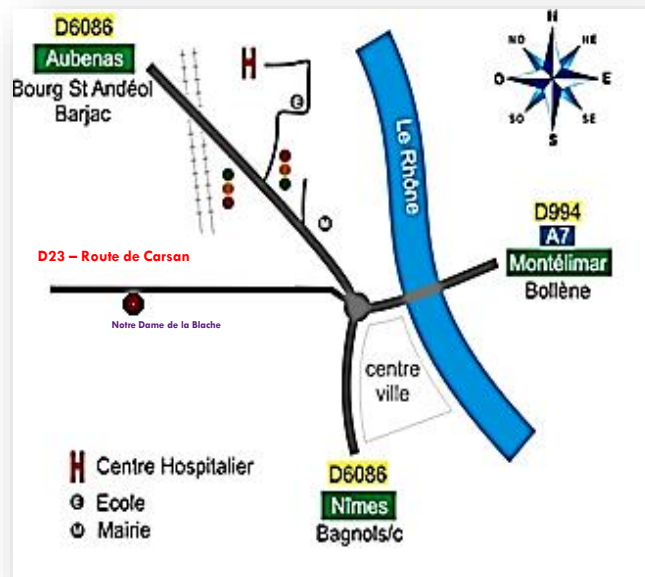
10 Rue Philippe le Bel

30130 PONT ST ESPRIT

Tel : 04 66 33 40 24

c.lefebvre@hopitalpse.fr

Comment vous y rendre



Pour plus d'informations

Centre Hospitalier de Pont Saint Esprit

Mme Corinne LEFEBVRE

Responsable Culture / Animation

04 66 33 40 24

Action
gratuite

Session hiver

Pour un
vieillessement actif et
en bonne santé

Un programme
à la carte

Pour les 60 ans et +

Résidence Notre Dame
de la Blache à Pont-St-Esprit



Présentation générale

Présentation du questionnaire et recueil des attentes

Présentation de l'atelier 1

Présentation de l'atelier 2 et 3

Présentation de l'atelier 4 et 5

Lundi 20 janvier 2020 de 9h30 à 12h

Pour des raisons d'organisation, nous vous remercions de vous engager sur toute la durée du programme choisi.

Atelier 3 : « Santé et bien être »

Sophrologie	Lundi 24 février 2020 de 14h à 16h	Mme MONVOISIN Sophrologue
Socioesthétique	Mardi 25 février 2020 de 9h30 à 11h30	Mme ORMIERES Esthéticienne
Gi gong	Judi 27 février 2020 de 14h30 à 16h	Mme LARTIGAU Professeur de Gi gong
Les médicaments, l'automédication et vous ?	Vendredi 28 février 2020 de 9h30 à 11h30	M. DOMENGES Pharmacien
Sommeil et relaxation	Lundi 2 mars 2020 de 14h à 16h	Mme MONVOISIN Sophrologue