

## VOTRE INSCRIPTION

Places limitées

NOM

Prénom

Date de naissance

Adresse

Caisse de retraite

Tél

Email

Date limite d'inscription

**Vendredi 13 mars 2020**

Bulletin à retourner à

Centre Hospitalier

Mme Corinne LEFEBVRE

Responsable Culture / Animation

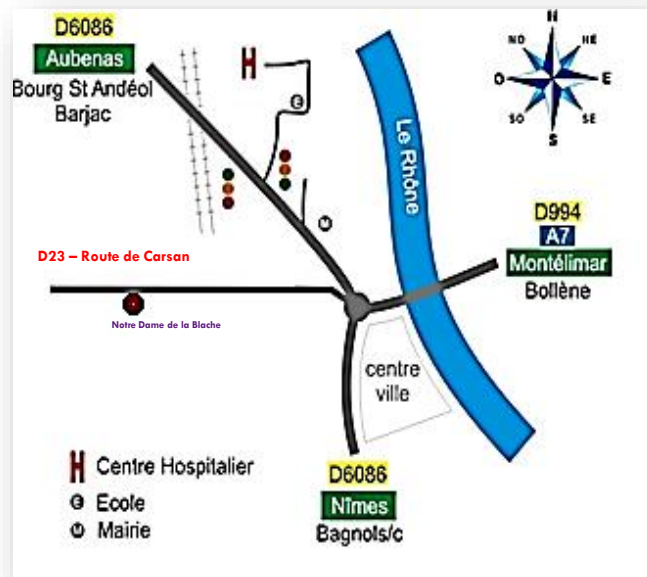
10 Rue Philippe le Bel

30130 PONT ST ESPRIT

Tel : 04 66 33 40 24

c.lefevre@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 printemps

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

Vendredi 13 mars 2020

**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 20 avril 2020 de 14h à 16h	Mme MONVOISIN Sophrologue
Socioesthétique	Mardi 21 avril 2020 de 9h30 à 11h30	Mme ORMIERES Esthéticienne
Gi gong	Jeudi 23 avril 2020 de 14h30 à 16h	Mme LARTIGAU Professeur de Gi gong
Les médicaments, l'automédication et vous ?	Vendredi 24 avril 2020 de 9h30 à 11h30	M. DOMENGES Pharmacien
Sommeil et relaxation	Lundi 27 avril 2020 de 14h à 16h	Mme MONVOISIN Sophrologue