

ATELIERS BIEN VIEILLIR 2018 DÉDIÉS AUX SENIORS



► INSCRIPTIONS : CLIC de l'Audomarois
Mme Dhalleine au 06 40 98 25 86 ou au 03 21 12 28 37

Intervenants	Date de démarrage	Lieu
Atelier mémoire	lundi 8 janvier à 14h30 > 10 séances (tous les lundis après-midi sauf pendant les vacances scolaires)	Moule (local associatif)
Sophrologue (2 ^{ème} groupe)	Le jeudi 1^{er} février de 14h à 15h (tous les jeudis après-midi) > 10 séances	Bayenghem les Eperlecques (salle du Moulin)
Découverte Transport CAPSO	Une séance mardi 13 mars à 15h	Moringhem (salle polyvalente)
Atelier Sécurité routière	Une séance mardi 6 mars à 10h	Salperwick (salle communale)
Atelier Informatique	Le vendredi 6 avril à 14h30 (tous les vendredis après-midi) > 10 séances d'1h30	Serques (salle de la Mairie)
Atelier Informations Accès aux droits	Une séance lundi 4 juin à 14h30	Serques (salle de la Mairie)
Atelier diététique 1 ^{er} groupe	10h30 à 12h30 chaque 3 ^{ème} mercredi du mois jusqu'en juin 2018	Serques (salle polyvalente)
Atelier diététique 2 ^{ème} groupe	10h30 à 12h30 chaque 1 ^{er} mercredi du mois jusqu'en juin 2018	Éperlecques (salle polyvalente)
Marché nordique	Tous les jeudis matin à 9h30 jusqu'en juin 2018 Tenue sportive conseillée et baskets + certificat médical autorisant la pratique de l'activité	Départ (stade de foot à Serques)