



ATELIER - AIDANTS UN TEMPS POUR SOI

Jeudi de 10h à 12h par Véronique Larré

4 Séances : 12/03 ; 26/03 ; 09/04 ; 16/04

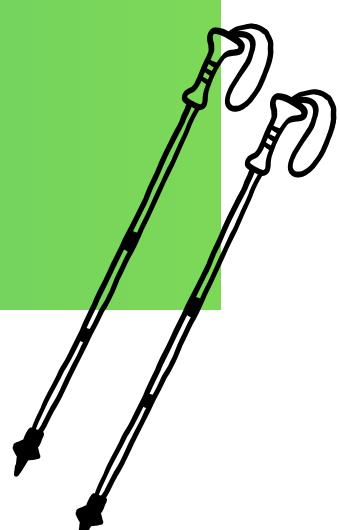
- Un temps pour s'initier à la marche nordique et aux techniques de respiration
- Un temps pour sa santé, échanger et décompresser

GRATUIT + BÂTONS DE MARCHE FOURNIS



5 rue du Chairedon - 31300 - Toulouse

Réunion d'information : 19/02 à 10H30



INSCRIPTION ET
RENSEIGNEMENT

Estelle DAGONNEAU

06.22.59.40.76

EDAGONNEAU.UFOLEP31@gmail.com



FRANCE
ALZHEIMER
& MALADIES APPARENTÉES
31 HAUTE GARONNE

RÉPUBLIQUE
FRANÇAISE
Liberté
Égalité
Fraternité

ars
Agence Régionale de Santé
Occitanie



l'Assurance
Maladie
Agir ensemble, protéger chacun

ufolep
TOUS LES SPORTS AUTREMENT
HAUTE-GARONNE

Carsat
Midi-Pyrénées
Retraite & Santé au travail