

Des ateliers collectifs Prévention Santé près de chez vous, animés par les professionnels de la Maison de Santé des Villages Vovéens

Renseignements et inscriptions obligatoires, par mail à :
maison-medicale3@wanadoo.fr

	NUTRITION	Manger, bouger M-A RIBAGER, diététicienne	Mardi 22 septembre	14h à 16h
		Equilibrer ses repas M-A RIBAGER, diététicienne	Mardi 29 septembre	14h à 16h
		Consommer malin M-A RIBAGER, diététicienne	Mardi 6 octobre	14h à 16h
	SANTÉ DU COEUR	Santé du cœur Dr F. TEN KET KIAN , médecin	Lundi 5 octobre	16 h à 18 h
		Manger Bouger pour mon cœur M-A. RIBAGER, diététicienne	Mardi 17 novembre	14 h à 16 h
	SANTÉ DU DOS	Préserver son dos Dr B. RIVOAL, Médecin G. LENOIR, ostéopathe	Vendredi 4 décembre	18 h à 20 h
	RELAXATION	S'initier à la relaxation V. AUVRAY, Sophrologue	Mercredi 25 Novembre	10 h à 12 h
		S'initier à la relaxation A. MAZZOLINI	Jeudi 10 décembre	16 h 30 à 18 h 30
	ACTIVITÉ PHYSIQUE	Activité physique, activités en intérieur M-A. RIBAGER, animateur sportif	Mardi 24 novembre	14 h à 16 h
		Activité physique, activités en extérieur M-A. RIBAGER, animateur sportif	Mardi 1 ^{er} décembre	14 h à 16 h

Jusqu'à la levée complète des mesures barrières

Les participants devront se munir de leur propre masque et le porter pendant l'atelier.