

Ateliers collectifs autour du
PARTAGE, DES RENCONTRES
ET DU BIEN-ÊTRE

60⁺



Actif un jour Actif toujours !

Partage et rencontres amicales pour les + de 60 ans
8 séances - les Jeudis à 14h00
entre le 6 mars et le 5 juin 2025

Prenez du temps pour vous et votre bien-être grâce aux ateliers proposés par la Mairie de Hanches et la Fraps Promotion Santé 28

Action soutenue par le Conseil départemental d'Eure-et-Loir et la MDA d'Eure-et-Loir dans le cadre de la Conférence des financeurs

Ateliers gratuits à la maison des projets

Renseignements et inscription :
Mairie de Hanches - Madame Le Tutour
02 37 83 80 82 (le matin)



Hanches



#ActifunjourActiftoujours

8 ATELIERS COLLECTIFS* autour du partage, des rencontres et du bien-être

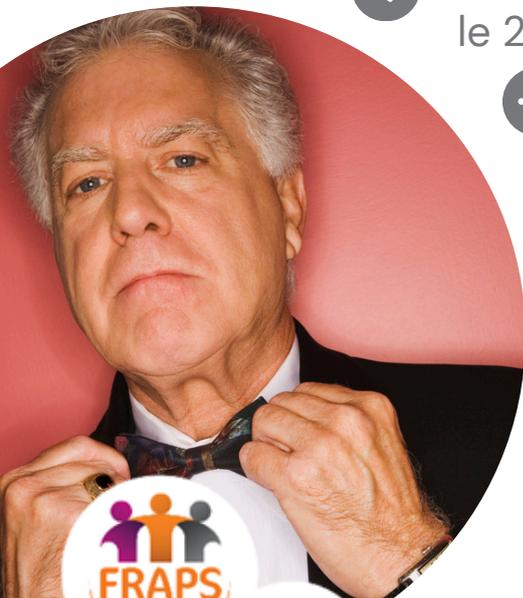
animés par des intervenants spécialisés

Les jeudis après-midi
entre le 6 mars et le 5 juin 2025

Durée : entre 1h30 et 3h



- **Faire connaissance et constituer un groupe**
le 6 mars 2025 à 14h
- **Prendre conscience de ses besoins**
le 13 mars 2025 à 14h
- **Bougeons-nous**
le 20 mars 2025 à 14h
- **L'alimentation et moi**
le 27 mars 2025 à 14h
- **Coaching en colorimétrie**
le 3 avril 2025 à 14h
- **Les jeunes et nous**
le 24 avril 2025 à 14h
- **Prendre soin de soi : séance de socio-esthétique**
le 15 mai 2025 à 14h
- **Partageons nos talents**
le 5 juin 2025 à 14h



*Ateliers limités à 12 personnes

FRAPS PROMOTION SANTE 28

55 rue du Grand Faubourg - 28000 CHARTRES
Tél. 02 37 30 32 66- Mail : antenne28@frapscentre.org

