PRÉSENCE VERTE SERVICES
Sous le signe de la confiance

ADMR
pour tous, toute la vie, partout

DAC 34
Dispositif d'appui à la coordination
HERAULT

Département Hérault

LES MARDIS

BIEN-ÊTRE PHYSIQUE



PRÉVENTION DES CHUTES ET BIEN MANGER POUR BIEN VEILLIR

Bouger en toute sécurité

Adopter une alimentation équilibrée

Garder son autonomie au quotidien

Dates et lieux des ateliers

De 9h30 à 11h30

Mardi 27 octobre	**CAPESTANG**	**Tiers Lieu multisite Sud Hérault** 5 place de la Révolution 34310 Capestang
Mardi 3 novembre	**SAINT-CHINIAN**	**Mairie de St-Chinian - Salle du Cloître** 1 Grand Rue 34360 St-Chinian
Mardi 10 novembre	**CESSENON-SUR-ORB**	**Salle Georges Brassens** Rue des Saignes 34360 Cessenon-Sur-Orb
Mardi 24 novembre	**LE BOUSQUET-D'ORB**	**Maison de santé** 57 avenue Jean Jaurès 34260 Le Bousquet-d'Orb

Renseignements et inscriptions : 04 67 24 59 51

UN MOMENT CONVIVIAL POUR PRENDRE SOIN DE SOI !



PRÉSENCE VERTE SERVICES
Sous le signe de la confiance

ADMR
pour tous, toute la vie, partout

DAC 34
Dispositif d'appui à la coordination
HERAULT

Département Hérault

LES MARDIS

BIEN-ÊTRE PHYSIQUE



PRÉVENTION DES CHUTES ET BIEN MANGER POUR BIEN VEILLIR

Bouger en toute sécurité

Adopter une alimentation équilibrée

Garder son autonomie au quotidien

Dates et lieux des ateliers

De 9h30 à 11h30

Mardi 20 octobre

CREISSAN

Résidence Les Jardins d'Adoyra
EHPAD Centre Communal d'Action Sociale
1bis, avenue du stade 34370 CREISSAN
Tél : 04.67.93.42.18

Mardi 3 novembre

PUISSERGUIER

Mairie de Puisserguier
10 boulevardJeanJaurès
34620 PUISSERGUIER
Tél : 04.67.93.42.18

Mardi 17 novembre

HÉRÉPIAN

Mairie d'Hérépian - Salle Montesquieu
11 place Etienne Pascal
34600 HÉRÉPIAN
Tél : 04.67.23.25.59

Jeudi 3 décembre

ST GERVAIS S/ MARE

Salle Moutou
34610 Saint-Gervais-sur-Mare
Tél : 06.72.26.85.32

BESOIN D'UN TRANSPORT ?

CONTACTEZ MME FOSLIN VIDAL - PRÉSIDENTE ADMR DES SOMAILS

mvidalfoslin@admr34.fr

06 72 26 85 32

PRÉSENCE VERTE SERVICES
Sous le signe de la confiance

ADMR
pour tous, toute la vie, partout

DAC 34
Dispositif d'appui à la coordination
HERAULT

Département Hérault

LES JEUDIS
BIEN-ÊTRE



ÉCHANGER, PARTAGER ET RESTER ACTEUR DE SA VIE

Créer du lien et partager

Entretenir sa mémoire

S'informer et échanger

Dates et lieux des ateliers

De 9h30 à 11h30

Jeudi 22 octobre

CREISSAN
Résidence Les Jardins d'Adoyra
EHPAD Centre Communal d'Action Sociale
1bis, avenue du stade 34370 CREISSAN
Tél : 04.67.93.42.18

Jeudi 5 novembre

PUISSERGUIER
Mairie de Puisserguier
10 boulevardJeanJaurès
34620 PUISSERGUIER
Tél : 04.67.93.42.18

Jeudi 19 novembre

HÉRÉPIAN
Mairie d'Hérépian - Salle Montesquieu
11 place Etienne Pascal
34600 HÉRÉPIAN
Tél : 04.67.23.25.59

Mardi 15 décembre

ST-GENIÈS-DE-VARENSAL
Foyer Rural de Plaisance
34610 Saint-Geniès-de-Varensal
Tél : 06.72.26.85.32

BESOIN D'UN TRANSPORT ?

CONTACTEZ MME FOSLIN VIDAL - PRÉSIDENTE ADMR DES SOMAILS

mvidalfoslin@admr34.fr

06 72 26 85 32

PRÉSENCE VERTE SERVICES
Sous le signe de la confiance

ADMR
pour tous, toute la vie, partout

DAC 34
Dispositif d'appui à la coordination
HÉRAULT

Département Hérault

LES JEUDIS

BIEN-ÊTRE



ÉCHANGER, PARTAGER ET RESTER ACTEUR DE SA VIE

Créer du lien et partager

Entretenir sa mémoire

S'informer et échanger

Dates et lieux des ateliers

De 9h30 à 11h30

Jeudi 29 octobre	**CAPESTANG**	**Tiers Lieu multisite Sud Hérault** 5 place de la Révolution 34310 Capestang
Jeudi 5 novembre	**SAINT-CHINIAN**	**Mairie de St-Chinian - Salle du Cloître** 1 Grand Rue 34360 St-Chinian
Jeudi 19 novembre	**CESSENON-SUR-ORB**	**Salle Georges Brassens** Rue des Saignes 34360 Cessenon-Sur-Orb
Jeudi 26 novembre	**LE BOUSQUET-D'ORB**	**Maison de santé** 57 avenue Jean Jaurès 34260 Le Bousquet-d'Orb

Renseignements et inscriptions : 04 67 24 59 51

DES RENCONTRES POUR S'INFORMER, PARTAGER ET RESTER CONNECTÉ(E)S

