

Le CCAS de Rives-en-Seine propose...

# ATELIERS *Bien-être* OFFERTS AUX AÎNÉS



2<sup>e</sup> trimestre 2022

## SOPHROLOGIE

10h/11h30 les **MERCREDIS** :

6, 13, 20 et 27 Avril

4, 11, 18 et 25 Mai

1, 8, 15, 22 et 29 Juin

avec *Christelle Roignan*

## RELAXATION

14h/16h les **JEUDIS** :

7 et 21 Avril

5 Mai

avec *Aurore Duboc*

## YOGA

10h/11h30 les **VENDREDIS** :

1, 8, 15, 22 et 29 Avril

6, 13, 20 et 27 Mai

3, 10, 17 et 24 Juin

avec *Marie-Laure Thiebaut*



**Gratuit pour  
les 60 ans et +**

Animations à la *Résidence  
Autonomie Docteur Paul Bréchet*  
(rue de Chambéry à Caudebec-en-Caux)

Inscription au 02 35 95 90 10