

<b>CALENDRIER PREVISIONNEL - Dispositif Séniors en Form'</b> <b>Maison de Quartier Route d'Arles</b>	
Conférence Alimentation et Activité Physique	Mercredi 09 Novembre 2022 10h00-11h30
Atelier 1 – Sophrologie 1	Mercredi 16 Novembre 2022 9h30-11h00
Atelier 2 - APA	Mercredi 16 Novembre 2022 11h00-12h00
Atelier 3 – Diététique 1	Mercredi 23 Novembre 2022 9h30-11h00
Atelier 4 – APA	Mercredi 23 Novembre 2022 11h00-12h00
Atelier 5 – Sophrologie 2	Mercredi 30 Novembre 2022 9h30-11h00
Atelier 6 - APA	Mercredi 30 Novembre 2022 11h00-12h00
Atelier 7 - APA	Mercredi 07 Décembre 2022 10h00-11h30
Atelier 8 – Diététique 2	Mercredi 14 Décembre 2022 9h30-11h00
Atelier 9 – APA	Mercredi 14 décembre 2022 11h00-12h00
Atelier 10	Mercredi 04 Janvier 2023 10h00-11h30
Atelier 11	Mercredi 11 Janvier 2023 10h30-11h30
Atelier 12	Mercredi 18 Janvier 2023 10h00-11h30
Atelier 13	Mercredi 25 Janvier 2023 10h00-11h30
Atelier 14	Mercredi 01 Février 2023 10h00-11h30
Atelier 15	Mercredi 08 Février 2023 10h00-11h30
Atelier 16	Mercredi 15 Février 2023 10h00-11h30
Atelier 17 – Gestes et Postures	Date à définir

APA : Activité Physique Adaptée

**Dispositif financé par :**

