

Inscriptions pour le mini-stage "de la Tête aux Pieds", réservé aux plus de 60 ans

Du 7 au 11 septembre 2020, à Simorre



Inscriptions pour le mini-stage "de la Tête aux Pieds", réservé aux plus de 60 ans

Initialement prévu en juin pour clôturer la saison de l'atelier de prévention du vieillissement, le mini-stage « de la Tête aux Pieds » a dû être reporté du 07 au 11 septembre 2020. Il se déroulera, cette fois, à Simorre, à la maison du foirail et en extérieur de 9 h 15 à 16 h 30 avec possibilité de repas partagé tiré du sac.

Réservée aux plus de 60 ans, il s'agit d'une semaine d'activités variées dans une approche ludique, conviviale et collective, animées par des professionnelles qualifiées.

Au programme :

Qi-gong, danse-thérapie, art-thérapie, atelier photo, initiation vélo, marche adaptée, arts créatifs et fils, jeux de mémoire, activité physique adaptée, réflexologie, visite extraordinaire de Simorre, à la découverte du street art à Lombez, à la découverte du « Sentier à p'Art Simorre », balade découverte des plantes sauvages et médicinales. Un calendrier détaillé avec les horaires pour chaque discipline est disponible auprès des responsables. Les ateliers ont des capacités d'accueil limitées pouvant évoluer en fonction des directives sanitaires en vigueur.

Il est possible de participer à plusieurs ateliers, mais sous réserve des places disponibles, l'inscription est indispensable.

Informations et inscriptions : vendredi 26 juin, de 16 h à 19 h, au marché de Simorre, et, par téléphone, samedi 27 juin de 10 h à 17 h.

Renseignements : Stéphanie Viola : **07 77 04 80 60** ou Maï Lan Impernetti : **06 15 42 29 82**