

Quelques témoignages de participantes et participants



“Beaucoup d’échanges, beaucoup de partage et beaucoup de plaisir !”

Christian



“J’ai beaucoup apprécié le programme pour les différents sujets abordés et les rencontres que j’y ai faites !”

Jocelyne



“Une bouffée d’air ces rencontres !”

Martine



RÉUNION D'INFORMATION

MERCREDI 19 MARS DE 10H À 12H

SALLE DU CONSEIL

Renseignements

auprès du CCAS : 05 56 35 54 94



ReSanté-Vous, SHRET - 530 828 193 00025 - Conception : ReSanté-Vous - Crédits photos : Adobe Stock



Le CCAS de la Ville du Taillan-Médoc
vous propose de participer aux

ATELIERS D'ÉCHANGES “TaPAS”

pour développer des compétences et stratégies
afin de vivre son quotidien en santé

des ateliers
gratuits
menées en
petits groupes

des ateliers
à la carte
selon les envies
du groupe

des ateliers
ludiques
pour les jeunes
de +65 ans





Concrètement,
comment
s'organisent les
ateliers ?

- 1** Une rencontre individuelle pour cibler les besoins et les attentes de chacun
- 2** Une première rencontre collective en groupe de 6 à 12 personnes pour faire connaissance de manière ludique
- 3** Démarrage des rendez-vous hebdomadaires autour de thématiques choisies en fonction des préférences du groupe



La convivialité :
maître-mot des ateliers

Chaque thématique est abordée à travers des exercices pratiques, des débats/échanges, des temps de découverte dans le respect des rythmes et besoins de chacun.

**Quelques thématiques
proposées**

Tous
au vert !

Équilibrez
vous !

Vivre
ensemble

Découvrir
les pouvoirs
du cerveau

Le
labyrinthe
du soin

À chacun
son rythme

Dans
les bras de
morphée

**Envie
d'en savoir
plus ?**

RÉUNION D'INFORMATION
MERCREDI 19 MARS DE 10H À 12H
SALLE DU CONSEIL

Renseignements auprès du CCAS : 05 56 35 54 94