

Ateliers de prévention séniors

“Etre serein au quotidien : dépasser les peurs,
comprendre et agir”

Gratuit



Le Mardi 17/06 de 14h à 15h30

Communiquer dans une société en évolution

Le Vendredi 20/06 de 14h à 15h30

Dialoguer et comprendre l'origine de ses appréhensions

Le Vendredi 27/06 de 10h30 à 12h

La notion d'équilibre et prévention des chutes

Le Mardi 1/07 de 10h à 11h30

Reconnaître et se protéger des escroqueries

Le Vendredi 4/07 de 10h à 11h30

Confiance en soi et pratique du self defense adaptée

Où ?

Au Centre Social la Puce à l'Oreille situé Rue Guillaume Apollinaire
Saint Brieuc, 22000

**Inscription au 02 96 62 56 64 auprès de Marina Fernandez - Service
Coordination Personnes Agées**