

BIEN-ETRE

TECHNIQUE ALEXANDER

Vendredi 07
de 10h à 11h

*

Jeudi 13
de 10h à 11h

*

Jeudi 20
de 10h à 11h

GYM BIEN ETRE

Jeudi 06 STRETCHING
de 18h à 19h

*

Jeudi 13 YOGA
de 18h à 19h

*

Jeudi 20 QI GONG
de 18h à 19h

*

Jeudi 27 PILATES
de 18h à 19h

REFLEXOLOGIE

Lundi 24
de 13h à 17h30

PAUSE BIEN-ETRE AVEC ALBERT

Vendredi 14
de 10h30 à 12h00

NUMERIQUE

INFORMATIQUE COLLECTIFS

Thème : Lexique du
Web

Mardi 04
de 14h15 à 15h15

*

Mardi 11
de 14h15 à 15h15

*

Mardi 18
de 14h15 à 15h15

*

Mardi 25
de 14h15 à 15h15

CULTURE

THEATRE

Le Samedi 08
14h à 16h30

*

Le Jeudi 20
14h à 16h30

REPRESENTATION

1. Maison pour tous
Marie Curie

13 Allée Antonin Chauliac

Le Samedi 22 à 15h00

*

2. CARSAT

245 rue Georges Frêche 34170
Castenau le lez

Le Jeudi 27 à 15h00

ECRITURE

Lundi 03
14h30 à 16h

ACCOMPAGNEMENTS PSYCHOLOGIQUES

ESPACE DE PAROLE ET D'ECHANGE

(Seniors et aidants)

JEUDI 27
14h15 à 16h30

PERMANENCES PSYCHOLOGIQUES

MARDI 04
9h à 12h

*

MARDI 18
14h à 17h