

ATELIER D'ÉCHANGES

Santé, Vous bougez !

Transformer
nos ressentis



Comprendre ce
qui nous arrive



Être acteur de
sa santé



Prendre
soin de soi



Partager



Autour des questions:

Quels sont les
Bienfaits ?

Comment m'y
prendre ?

Quoi viser ?

Comment
rester actif ?



Ateliers d'échanges de 13h30 à 15h à la salle des fêtes de Val Suran
(Route de Bourg)

Activité encadrée par une équipe pluridisciplinaire.

VENDREDI 05 Mai— VENDREDI 12 Mai— VENDREDI 26 Mai
VENDREDI 02 Juin — VENDREDI 09 Juin — VENDREDI 16 Juin

GRATUIT

Place limitées

Inscription obligatoire

Renseignements et inscriptions auprès de Hugo au **06 74 33 43 23** ou **hugo.cerda@hotmail.fr**



L'ApaSserelle
santé, vous bougez !



**l'Assurance
Maladie**
Agir ensemble, protéger chacun

Jura

**PRÉFET
DU JURA**
Liberté
Égalité
Fraternité