Les Rendez-vous de l'ADMR

Tout un programme pour Bien vieillir

8 septembre à 15h
Présentation du programme lors du forum des associations de Chaumontel

Où ?
Salle Eugène Coudre
23 rue Oradour dur Glane
95 270 Chaumontel

LES ATELIERS

12 SEANCES
GYM EQUILIBRE

Avec Valérie MENAT
(éducatrice sportive)

20, 27 septembre

04, 11, 18 octobre

08, 15, 22, 29 novembre

6, 13, 20 décembre

Où ?
Salle Cathy Fleury
23 rue Oradour dur Glane
95270 Chaumontel

Quand ?
Les jeudis à 14h30
(hors vacances scolaires)

Pour qui ?
Pour les plus de 60 ans

Est-ce payant ?
Ateliers GRATUITS

Comment s'inscrire ?
Dès maintenant.
Limité à 15 personnes.
Par retour du coupon ci-dessous :
ADMR de Viarmes
7 rue de Paris 95270 Chaumontel
01 30 35 40 47

Comment venir ?
Possibilité de transport aller/retour sur demande ADMR : 01 30 35 40 47

Merci de nous indiquer par retour de ce coupon si vous souhaitez participer et si vous souhaitez être accompagné (service gratuit)

Sept/déc 2018

- ❑ Je souhaite m'inscrire
- ❑ Je ne souhaite pas m'inscrire
- ❑ J'ai besoin d'un transport aller/retour
- ❑ Je viens par mes propres moyens

Nom :
Prénom :