



CENTRE SOCIOCULTUREL LE ROHAN

PRENDRE SOIN DE SOI : ÇA COMMENCE AUJOURD'HUI !

Du 7 au 26 mars 2022

BOUGER POUR SE FAIRE PLAISIR

Lundi 7 mars de 14h à 16h

JOURNÉE DES DROITS DES FEMMES

Mardi 8 mars de 9h30 à 11h30

Se parler sans crier : est-ce possible ?

De 14h à 16h

Jeux et ateliers pour prendre soin de soi

SELF-DÉFENSE

SUIVI D'UN GROUPE DE PAROLE

Mercredi 9 mars de 14h à 16h

SPORT- SANTÉ

Mardi 15 mars de 14h à 15h30

RANDO NATURE

Mercredi 16 mars de 13h30 à 17h

UN TEMPS POUR SOUFFLER : TRUCS ET ASTUCES

Jeudi 17 mars de 9h30 à 11h30

ATELIER FABRICATION PRODUITS DE BEAUTÉ

Vendredi 18 mars de 10h à 12h

SORTIE POUR ELLE

Jeudi 24 mars de 14h à 16h

SORTIE POUR LUI

Vendredi 25 mars de 17h à 21h

SORTIE INTERGÉNÉRATIONNELLE POUR SE DIVERTIR ET SE RENCONTRER

Samedi 26 mars

Places limitées

Renseignements et inscriptions
Centre socioculturel Le Rohan
80 rue Le Rohan - 02 97 01 62 47

