

# Les Ateliers Prévention Santé

Du 6 mai au 10 juin - les mercredis matin

Cet atelier d'éducation à la santé, destiné aux plus de 60 ans, propose une approche ludique et interactive, centrée sur le partage d'expériences et la participation active.



À travers des mises en situation concrètes, les participants explorent leurs habitudes et identifient des solutions simples et adaptées pour **préserver leur capital santé**.

Animé par une experte en prévention, cet atelier favorise une dynamique conviviale ☺ et encourage chacun à devenir acteur de son bien-être.

Les mercredis matin, du 6 mai au 10 juin.

## Infos pratiques

Places limitées : inscrivez-vous vite ! [ccas@lafrettesurSeine.fr](mailto:ccas@lafrettesurSeine.fr) ou 0139315009

## Contact

[ccas@lafrettesurSeine.fr](mailto:ccas@lafrettesurSeine.fr) ou 0139315009