

Dans le cadre du Défi de Janvier, le RésO propose des séances de sport adapté

Parce que le sport adapté
en complément d'une démarche
réduction de consommation d'alcool
a démontré ses bénéfices !



*Venez découvrir de nouvelles activités,
vous distraire et prendre soin de vous sans
consommer d'alcool*

Activité	Date	Lieu / horaires
Sophrologie	Mardi 10 janvier	A 14 h ou 15 h A La Halte
Tournoi de pétanque Zéro degré	Vendredi 20 janvier	De 14 à 16 h 30 Au Boulodrome du Relecq Kerhuon
Foot en marchant (Initiation et petit match)	Mardi 24 janvier	De 10 à 12 h Au gymnase de la brasserie

Infos et inscriptions auprès de :

Gisèle ou Valérie au CCAS 02 98 00 83 10