



Ensemble, les caisses de retraite s'engagent

GRATUIT
et OUVERT
à TOUS !

Les ateliers Cap Bien-être

Pour gérer son stress et
ses émotions au quotidien

À partir de
55 ans



Contact : 05 57 99 79 39

 www.asept-gironde.fr

4 séances hebdomadaires de 2h45
Les mardis du 30/01/24 au 20/02/24

De 14h00 à 16h45

Maison des Associations
78 Route du Pont bleu
33720 ILLATS

En partenariat avec la Commune de ILLATS

