



Coopérative d'idées  
& Fabrique de projets



# *Petites techniques de relaxation*

*Une pause bien-être pour les retraités du Haut-Beaujolais.  
Repartez avec des petites techniques anti-stress à utiliser à la maison.  
Animé par Marie Denis*

**MARDI 4 NOVEMBRE 2025 - 14H À 15H30**

**PARTICIPATION 3€ /PERS. ET ADHÉSION VHB 5€/PERS/AN**

**MONSOLS\* (VHB)**



Informations et inscription jusqu'au 28 octobre



04 74 04 73 87



famillevhb@centresocialvhb.fr

[www.centresocialvhb.fr](http://www.centresocialvhb.fr)



Membre de la  
Fédération des centres sociaux de France

\*Monsols Cne de Deux-Grosnes