



# Les Ateliers de l'Ufcv



 Pour les aidants familiaux et les  
plus de 60 ans

 Prendre soin de soi

 Cycle de 6 marches et/ou ateliers à  
thèmes

Rendez-vous devant le « Félic Café »  
en face de la mairie aux heures et  
dates indiquées sur le planning  
Inscription au 06 32 54 60 41





## PLANNING

Marches	Dates
1.	Jeudi 21 septembre 2023
2.	Jeudi 5 octobre 2023
3.	Jeudi 19 octobre 2023
4.	Jeudi 9 novembre 2023
5.	Jeudi 23 novembre 2023
6.	Jeudi 7 décembre 2023

Elles auront lieu aux dates indiquées ci-dessus et aux horaires suivants :

De 9h30 à 11h30

Exemples de thèmes à organiser en fonction des envies du groupe de participants :  
Marches collectives, découverte de sentiers, ateliers créatifs, découverte de nouvelles activités etc...

Avec le soutien de la



CONSEIL  
DÉPARTEMENTAL  
GARD



Carsat  
Retraite & Santé  
mutualiste  
Languedoc-Roussillon

RETRAITE COMPLÉMENTAIRE  
agirc-arrco