

Programme des activités Bien Vieillir



**Atelier
Gym d'entretien**

Acti'March



**Atelier posture
et équilibre**

Yoga au sol



Yoga sur chaise



Atelier mémoire

**9 activités
au 9 rue Alfred-Mortier
06000 Nice**

Analyse quantifiée de la marche



**Atelier le bonheur
est dans l'assiette**

Atelier informatique



**Contactez-nous au
04.93.92.89.01
samia.sikine@solimut.fr**



**Poterie
Modelage**

**4 activités
au Prieuré du Vieux-Logis
59 avenue St Barthélémy**

06100 Nice



**Atelier couture
et crochet**



**Initiation "du dessin
à la peinture"**



Atelier mosaïque