



1 Dans le cadre de la journée internationale des Droits de la FEMME, les acteurs de l'Atelier Santé Ville vous proposent :

Mercredi 9 mars 2022

9h30 à 12h30 - places des Gascons à Bayonne

Animations, informations, rencontres et échanges sur les droits en Santé Mentale, sur le Bilan de santé gratuit de la CPAM, sur les dépistages des cancers autour d'un smoothie...

2 FORUM BIEN-ETRE DES FEMMES

Lundi 14 mars 2022

de 10h00 à 18h30

Maison des Habitants

3BIS avenue Jouandin à Bayonne



Séances **MÉDITATION**

au Tambour

(10h-11h et 11h-12h)

TEST PHYSIQUE

Quelle activité physique est faite pour vous ?

(10h à 12h)

Roue de la Santé/quizz sur les **DÉPISTAGES**

(10h à 12h)

Espaces d'**ECHANGES**

"Quand l'alcool s'invite à la maison" et

"Sortir du tabac ?"

(10h-11h et 11h-12h)

Ateliers bien-être par la

MUSICOTHÉRAPIE

(11h à 12h00 - 12h00 à 13h00 & 13h30 à 14h30)

Vaccination contre la

COVID

(14h à 18h30)

Ateliers **SOINS**

des mains et du visage

(14h à 15h et 15h15 à 16h15)

Recettes de cocktails

DÉTOX

(14h à 18h30)

Ateliers

SOPHROLOGIE

(14h à 15h - 15h30 à 16h30 & 17h-18h)

Découverte du

SHIATSU

entre femmes

(massage japonais)

(14h à 16h & 16h à 18h)

Ateliers

CHANT, CORPS et VOIX

(14h30-15h30, 16h-17h & 17h30-18h30)

Cours de cuisine Gourmande et **DIÉTÉTIQUE**

(17h à 18h30)

PLACES LIMITÉES - INSCRIVEZ-VOUS !

asv.ccas@bayonne.fr ou Tél : 05.59.50.50.74



Soutenu financièrement par

