

SEMAINE BLEUE



Au programme

Lundi 3 octobre 2022

Venez rencontrer Caramel et Pampam !

ET

En compagnie des lapins de l'association Un P'tit Brin de Paille,
Venez partager un moment
créatif et de câlinothérapie avec les enfants des écoles.

Jeudi 6 octobre 2022



de 14h30 à 16h15
Salle Villard - Rue Pasteur
Saint-Donat-Sur-L'Herbasse

Activité Gratuite



Mardi 4 octobre 2022

Conférence



La méditation de pleine conscience
Présentation de la méditation de pleine conscience et de ses bienfaits, sensibilisation à la
pratique méditative.

Des séances seront proposées après inscription lors de la conférence.



de 14h30 à 16h30
Salle Villard - Rue Pasteur
Saint-Donat-Sur-L'Herbasse

Activité Gratuite



Vendredi 7 octobre 2022

Maintien à la mobilité en brisant les idées reçues !

Séance intergénérationnelle avec l'association Multi-Sport.
Redécouverte d'activité physique autour des gestes du quotidien
en présence d'élèves du primaire.



de 10h00 à 11h15
Salle du Rugby
Saint-Donat-Sur-L'Herbasse

Activité Gratuite

