

MUGIMENDUA ETA ONGIZATEA MUSIKAREKIN

Le Centre Local d'Information
& de Coordination (CLIC) de Bayonne,
& le Centre Communal d'Action Sociale
de Saint-Pierre d'Irube/Hiriburu
vous proposent l'atelier :

MOUVEMENT & BIEN-ÊTRE EN MUSIQUE

CLIC

CENTRE LOCAL D'INFORMATION & DE COORDINATION GÉRONTOLOGIQUE

24 bis boulevard Alsace Lorraine à Bayonne

Du lundi au vendredi : 8h30 à 12h & de 13h30 à 17h

Tél. : 05 59 50 80 30

Fax : 05 59 50 09 76

clic.ccas@bayonne.fr



CCAS

CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE DE SAINT PIERRE D'IRUBE/HIRIBURU

Hiriburuko Gizarte ekintzarako Udal Zentroa

15, avenue du Labourd – Lapurdi Karrika

Du lundi au vendredi : 8h30 à 12h30 & de 13h30 à 17h

Tél. : 05 59 44 03 53

Fax : 05 59 44 10 64

ccas@saintpierredirube.fr



CLIC
BAYONNE

*Un moment de plaisir
et de détente pour se reconnecter
avec soi, son quotidien et son corps.*



Le mouvement est non seulement bon pour le moral mais également bon pour la santé!

MOUVEMENT & BIEN-ÊTRE EN MUSIQUE

La danse favorise la stimulation des sens et de la mémoire, permet de faire baisser certains facteurs de risque dans différentes maladies, réduit le stress et l'anxiété, stimule la concentration, favorise l'équilibre et la coordination.

Une professionnelle de la danse vous propose de venir découvrir, à votre rythme, nos ateliers, véritables moments de plaisir et de détente.



Une activité accessible aux personnes en perte d'autonomie (à partir de 60 ans).

Salle HARRETCHE,
19 Allée des Mimosas
64990 SAINT-PIERRE-D'IRUBE

D'OCTOBRE À JUIN
LE LUNDI
DE 15H00 À 16H30
1 FOIS PAR MOIS

TRANSPORT POSSIBLE
GARRAIOA POSIBLE DA,
PARTICIPATION GRATUITE - URRIRIK

RENSEIGNEMENTS & INSCRIPTIONS
Argitasun eta izen emate

CCAS DE SAINT-PIERRE DIRUBE
05 59 44 03 53

CLIC DE BAYONNE
05 59 50 80 30

clic.ccas@bayonne.fr