

# L'esprit en mouvement

Gratuit

*Atelier Mémoire & Mouvement pour garder l'élan du quotidien*



## POUR QUI ?

- Pour les seniors



## OÙ ?

- Maison du projet  
Espace Kennedy  
(445 Avenue Raoul Follereau)  
Accès avec parking



## QUAND ?

*Dès le 7 janvier 2026*

- 2 mercredis par mois
- De 14h30 à 16h00



## POURQUOI ?

- Structuration spatio - temporelle
- Stimuler la mémoire et garder l'esprit vif
- Retrouver détente, confiance et bien-être au quotidien

Inscription au 04 90 78 03 45  
ou [infoseniors@ccas-cavaillon.fr](mailto:infoseniors@ccas-cavaillon.fr)



Inscrivez - vous  
en ligne