



**MUTUALITÉ
FRANÇAISE**
HAUTS-DE-FRANCE

Pas de Calais
Le Département

Ateliers santé



4 février 2022
24 février 2022
25 février 2022



À Wimereux, Nesles
et Saint-Martin
Boulogne



AU PROGRAMME :

Atelier cuisine, marche
santé et sophrologie.

Ces ateliers gratuits seront
une parenthèse rien que
pour vous !

Gratuit

Sur inscription au
07 87 38 16 78



#Rencontresanté



Les partenaires :



ATELIER CUISINE

Vendredi 4 février 2022, de 10h à 12h
Au Centre social Audrey Bartier, 42 Rue du Baston à
WIMEREUX (62930).

*Venez cuisiner des recettes du monde simples et faciles à reproduire
à la maison et repartez avec votre repas à déguster !*



ATELIER MARCHE SANTÉ

Jeudi 24 février 2022, de 14h à 16h
Rendez-vous à la Glaisière de Nesles, Rue de la carrière à
NESLES (62152).

*L'ancienne carrière d'argile de Nesles a été réhabilitée pour vous
offrir un cadre idyllique de nature, idéal pour se ressourcer et
découvrir la faune et la flore !*



ATELIER SOPHROLOGIE

Vendredi 25 février 2022, de 14h30 à 16h30
Au Centre social Eclaté, Place de l'Orme à SAINT-MARTIN-
BOULOGNE (62280).

*Plongez au cœur de la détente et de la relaxation grâce à des
exercices et échanges spécialement préparés pour vous par notre
sophrologue !*



Chaque atelier est **gratuit** et **limité à 8 personnes**.
Inscription auprès de Jeanne ROSE au **07 87 38 16 78**