
























|  | PROGRAMMATION "LES ATELIERS BONS JOURS" | | | |
|---|---|--------------------------------------|-----------------------------|-----------------------------|
| | THEMATIQUES | JOUR | DATES | COMMUNES |
|  | SOMMEIL, pour un meilleur sommeil | LUNDI APRES MIDI DE 14H à 16H | DU 06/09/2021 AU 25/10/2021 | 70100 MANTOCHE |
|  | PEPS EUREKA, pour donner du peps à vos neurones | MARDI MATIN DE 9H à 11H30 | DU 07/09/21 AU 30/10/2021 | 70000 NOIDANS LES VESOUL |
|  | EQUILIBRE, pour garder l'équilibre | JEUDI MATIN DE 9H30 À 11h30 | du 09/09/21 AU 16/12/2021 | 70000 NOIDANS LES VESOUL |
|  | REUNION DE PRESENTATION | JEUDI APRES MIDI 14H30 | 09/09/2021 | 701200 VAUCONCOURT NEVRESIN |
|  | EQUILIBRE, pour garder l'équilibre | VENDREDI APRES MIDI DE 14H30 à 15H30 | DU 10/09/2021 AU 17/12/2021 | 70500 ABONCOURT GESINCOURT |
|  | EQUILIBRE, pour garder l'équilibre | LUNDI MATIN DE 9H à 10H | DU 13/09/2021 AU 13/12/2011 | 70800 JASNEY |
|  | VITALITÉ, pour faire le plein de vitalité | LUNDI APRES MIDI DE 14H à 16H30 | DU 13/09/2021 AU 18/10/2021 | 70500 GEVIGNEY ET MERCEY |
|  | PEPS EUREKA, pour donner du peps à vos neurones | MERCREDI MATIN DE 9H à 11H30 | DU 15/09/2021 AU 08/12/2021 | 70300 FROIDECONCHE |
|  | VITALITÉ, pour faire le plein de vitalité | MERCREDI APRES MIDI DE 14H à 16H30 | DU 15/09/2021 AU 20/10/2021 | 70230 DAMPIERRE SUR LINOTTE |
|  | REUNION DE PRESENTATION | JEUDI APRES MIDI 14H30 | 16/09/2021 | 70170 CONFLANDEY |
|  | PEPS EUREKA, pour donner du peps à vos neurones | VENDREDI MATIN DE 9H30 à 12H | DU 17/09/2021 AU 10/12/2021 | 70800 ST LOUP SUR SEMOUSE |
|  | NUTRITION, le plaisir de bien manger | VENDREDI APRES MIDI DE 14H00 à 16H00 | 17/09/2021 AU 29/11/2021 | 70400 HERICOURT |
|  | VITALITÉ, pour faire le plein de vitalité | LUNDI MATIN DE 9H à 11H30 | DU 20/09/2021 AU 25/10/2021 | 70100 ARC LES GRAY |

Inscriptions et renseignements : **Isabelle BLACHERE** 06.32.80.71.40
ASEPT FC/B Coordinatrice Ateliers Bons Jours Haute-Saône 70
lbj70asept@franche-comte.msa.fr

blachere.isabelle@franche-comte.msa.fr

|  | PROGRAMMATION "LES ATELIERS BONS JOURS" | | | |
|---|--|----------------------------------|-----------------------------|--------------------------------------|
| | THEMATIQUES | JOUR | DATES | COMMUNES |
|  | FORCE ET FORME AU QUOTIDIEN, réveillez le popeye qui est en vous | MARDI ET JEUDI DE 14H à 15H30 | DU 23/09/2021 AU 04/11/2021 | 70400 COUTHENANS |
|  | EN VOITURE, JE ME RASSURE, reprendre confiance au volant | VENDREDI MATIN DE 10H à 12H | DU 24/09/2021 AU 12/11/2021 | 70210 POLAINCOURT ET CLAIRE FONTAINE |
|  | EN VOITURE, JE ME RASSURE, reprendre confiance au volant | MARDI MATIN DE 10H à 12H | DU 28/09/2021 AU 16/11/2021 | 70190 RIOZ |
|  | PEPS EUREKA, pour donner du peps à vos neurones | MERCREDI MATIN DE 9H à 11H30 | DU 29/09/2021 AU 15/12/2021 | 70800 JASNEY |
|  | NUTRITION, le plaisir de bien manger | JEUDI APRES MIDI DE 14H à 16H | DU 07/10/2021 AU 16/12/2021 | 70140 PESMES |
|  | FORCE ET FORME AU QUOTIDIEN, réveillez le popeye qui est en vous | MARDI ET VENDREDI DE 14H30 à 16H | DU 08/10/21 AU 23/11/2021 | 70110 ATHESANS-ETROIFONTAINE |
|  | EN VOITURE, JE ME RASSURE, reprendre confiance au volant | JEUDI MATIN DU 10H à 12H | DU 21/10/2021 AU 16/12/2021 | 70000 VESOUL |
|  | QUESTION DE SENS, autour des 5 sens | VENDREDI MATIN DE 9H30 à 11H30 | DU 10/09/2021 AU 15/10/2021 | 70100 ARC LES GRAY |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |

Inscriptions et renseignements :

Isabelle BLACHERE 06.32.80.71.40
ASEPT FC/B Coordinatrice Ateliers Bons Jours Haute-Saône 70
lbj70asept@franchecomte.msa.fr

blachere.isabelle@franchecomte.msa.fr


 Association Santé
 Education et Prévention
 sur les Territoires
 Franche-Comté/Bourgogne