

**SAINT-PARDOUX-
SOUTIERS**

Mairie. Fermeture mardi 6 octobre. À partir de 16 h.

Atelier « Cap bien-être » pour les seniors. Animation. jeudi 5 novembre, 9 h 30, salle de la mairie, Grand rue. Ce programme de 5 séances a pour but de développer sa capacité à adopter un comportement approprié et positif face aux épreuves de la vie quotidienne en abordant les thématiques des émotions, du bien-être et de la santé, de la gestion du stress, du bien vivre avec soi et avec les autres...

Tarif : 20 €. Inscription avant le 19 octobre. Contact : 05 49 44 56 36, prevention@msaservices-poitou.fr, <http://www.msaservices-poitou.fr>