

Article "Asept - Programmation d'ateliers/conférences gratuits en ligne - 29 et 30/09/20"

Tags de l'article:

Description :

L'ASEPT SUD PACA & CORSE propose des ateliers en ligne entièrement gratuits pour 60 ans et +

Ces ateliers sont financés et organisés par l'Asept Paca qui réunit et représente vos Caisses de retraite, ses partenaires et les Départements de la région Paca. Elle organise régulièrement des ateliers de prévention pour les retraités niçois avec la ville de Nice.

Vous pouvez y accéder depuis un ordinateur ou tout simplement depuis un smartphone ou un téléphone fixe... en attendant de pouvoir nous retrouver en toute sécurité en "*présentiel*".

La participation est gratuite,

Programmation du 29 et 30 septembre 2020

- Conférence "les rythmes, le bien être, la santé" :[Mardi 29 septembre de 14h00 à 15h30](#)
- Atelier "La vitalité, c'est prendre soin de sa santé " :[du 29/09 au 06/10/20](#)
- Conférence « stress, le comprendre pour mieux le gérer » :[Mercredi 30 septembre de 14h00 à 15h30](#)

Pour vous inscrire, contactez

- le Service Qualité de Vie - Autonomie des Séniors
- Tel : 04 97 13 51 59
- email : inscription.serviceautonomie@ville-nice.fr