

AUTONOMIE • SOLIDARITÉ • **SANTÉ** • HANDICAP/INSERTION

GYMNASTIQUE ADAPTÉE ET ÉQUILIBRE

**CC
AS**

DE LA VILLE
DE BELFORT



- Pour préserver et améliorer son autonomie
- Pour prévenir les chutes, entretenir sa mobilité articulaire et son tonus musculaire

LES ATELIERS

8 ateliers chaque semaine

(sauf pendant les vacances scolaires) :

- **Lundi : 14h à 15h**
Maison de quartier Oïkos
des Glacis du Château
- **Mardi : 9h15 à 10h15**
Centre culturel et social Oïkos
des Résidences Bellevue
- **Mardi : 11h à 12h**
Association socioculturelle Oïkos
Jacques Brel
- **Mercredi : 9h à 10h**
Résidence de quartier
rue du 4 Septembre
- **Mercredi : 10h30 à 11h30**
Maison de quartier Centre-Ville
- **Jedi : 11h à 12h**
Centre culturel et social Oïkos
Belfort Nord
- **Vendredi : 9h15 à 10h15**
Centre culturel et social Oïkos
de la Pépinière
- **Vendredi : 11h à 12h**
Centre culturel et social Oïkos
Barres et Mont

MODALITÉS

- Être adhérent de la structure qui accueille l'atelier pour participer
- Informations et inscriptions auprès de la structure



RENSEIGNEMENTS

Centre Communal d'Action Sociale
14 bis rue du Général Strolz, 90008 Belfort
Tél. 03 84 54 56 56
ccas@mairie-belfort.fr • ccas.belfort.fr

