

Publié sur *Château-Thierry* (<https://www.chateau-thierry.fr>)

[Accueil](#) > Prendre soin de soi !



Repères :

Gratuit sur réservation
(10 personnes maximum)

Contact :

Centre Communal d'Action Social (CCAS)
Ludvine Nortain, Coordinatrice séniors
07 85 72 65 34

Mardi 5 Septembre 2023 - 09:00 - 17:00

**Vous avez 65 ans ou plus ? Vous êtes
domicilé.e.s à Château-Thierry ? La journée du
5 septembre 2023 est faite pour vous !**

Venez prendre soin de vous grâce aux différentes
activités organisées par le CCAS au Centre social La
Rotonde.

9h > 10h : Gymnastique douce et bien-être

10h > 11h30 : Atelier Qi Gong

14h > 16h : Massage assis

16h > 17h : Sophrologie et automassage

Emplacement :

Centre social La Rotonde 02400 Château-Thierry