

2025-2026

ANTENNE PAYS DE RETZ
06 86 62 46 57



MOMENTS PARTAGES AIDANTS AIDES

1 rue Jean Sarment, Pornic

14H00-16H30

Entrée
Libre

LE 3ème
JEUDI
DU MOIS

DATES	THEMES
Jeudi 18 septembre	Randonnée Bénévoles de l'association
Jeudi 16 octobre	Visite du château de Pornic à 14H30 Châtelain de Pornic
Jeudi 20 novembre	Eveil multidanses Tchikala
Jeudi 18 décembre	Atelier bien être Laurence Diguët
Jeudi 15 janvier	Gestion du stress par la rigologie Irène Phélippeau
Jeudi 19 février	Atelier cuisine ou art thérapie Véronique Ganacheau et Soizig Guyot
Jeudi 19 mars	Gestion du stress par la rigologie Irène Phélippeau
Jeudi 16 avril	Atelier cuisine ou art thérapie Véronique Ganacheau et Soizig Guyot
Jeudi 21 mai	S'exprimer grâce à l'art et retrouver des émotions Soasig Guyot
Jeudi 18 juin	Eveil multidanses Tchikala