





















	PROGRAMMATION "LES ATELIERS BONS JOURS"			
	THEMATIQUES	JOUR	DATES	COMMUNES
	SOMMEIL, pour un meilleur sommeil	LUNDI APRES MIDI DE 14H à 16H	DU 06/09/2021 AU 25/10/2021	70100 MANTOCHE
	PEPS EUREKA, pour donner du peps à vos neurones	MARDI MATIN DE 9H à 11H30	DU 07/09/21 AU 30/10/2021	70000 NOIDANS LES VESOUL
	EQUILIBRE, pour garder l'équilibre	JEUDI MATIN DE 9H30 À 11h30	du 09/09/21 AU 16/12/2021	70000 NOIDANS LES VESOUL
	REUNION DE PRESENTATION	JEUDI APRES MIDI 14H30	09/09/2021	701200 VAUCONCOURT NEVRESIN
	EQUILIBRE, pour garder l'équilibre	VENDREDI APRES MIDI DE 14H30 à 15H30	DU 10/09/2021 AU 17/12/2021	70500 ABONCOURT GESINCOURT
	EQUILIBRE, pour garder l'équilibre	LUNDI MATIN DE 9H à 10H	DU 13/09/2021 AU 13/12/2011	70800 JASNEY
	VITALITÉ, pour faire le plein de vitalité	LUNDI APRES MIDI DE 14H à 16H30	DU 13/09/2021 AU 18/10/2021	70500 GEVIGNEY ET MERCEY
	PEPS EUREKA, pour donner du peps à vos neurones	MERCREDI MATIN DE 9H à 11H30	DU 15/09/2021 AU 08/12/2021	70300 FROIDECONCHE
	VITALITÉ, pour faire le plein de vitalité	MERCREDI APRES MIDI DE 14H à 16H30	DU 15/09/2021 AU 20/10/2021	70230 DAMPIERRE SUR LINOTTE
	REUNION DE PRESENTATION	JEUDI APRES MIDI 14H30	16/09/2021	70170 CONFLANDEY
	PEPS EUREKA, pour donner du peps à vos neurones	VENDREDI MATIN DE 9H30 à 12H	DU 17/09/2021 AU 10/12/2021	70800 ST LOUP SUR SEMOUSE
	NUTRITION, le plaisir de bien manger	VENDREDI APRES MIDI DE 14H00 à 16H00	17/09/2021 AU 29/11/2021	70400 HERICOURT
	VITALITÉ, pour faire le plein de vitalité	LUNDI MATIN DE 9H à 11H30	DU 20/09/2021 AU 25/10/2021	70100 ARC LES GRAY

Inscriptions et renseignements : **Isabelle BLACHERE** 06.32.80.71.40  
**ASEPT FC/B** Coordinatrice Ateliers Bons Jours Haute-Saône 70  
**lbj70asept@franche-comte.msa.fr**

[blachere.isabelle@franche-comte.msa.fr](mailto:blachere.isabelle@franche-comte.msa.fr)

	PROGRAMMATION "LES ATELIERS BONS JOURS"			
	THEMATIQUES	JOUR	DATES	COMMUNES
	FORCE ET FORME AU QUOTIDIEN, réveillez le popeye qui est en vous	MARDI ET JEUDI DE 14H à 15H30	DU 23/09/2021 AU 04/11/2021	70110 ATHESANS-ETROIFONTAINE
	EN VOITURE, JE ME RASSURE, reprendre confiance au volant	VENDREDI MATIN DE 10H à 12H	DU 24/09/2021 AU 12/11/2021	70210 POLAINCOURT ET CLAIRE FONTAINE
	EN VOITURE, JE ME RASSURE, reprendre confiance au volant	MARDI MATIN DE 10H à 12H	DU 28/09/2021 AU 16/11/2021	70190 RIOZ
	PEPS EUREKA, pour donner du peps à vos neurones	MERCREDI MATIN DE 9H à 11H30	DU 29/09/2021 AU 15/12/2021	70800 JASNEY
	NUTRITION, le plaisir de bien manger	JEUDI APRES MIDI DE 14H à 16H	DU 07/10/2021 AU 16/12/2021	70140 PESMES
	FORCE ET FORME AU QUOTIDIEN, réveillez le popeye qui est en vous	MARDI ET VENDREDI DE 14H30 à 16H	DU 08/10/21 AU 23/11/2021	70400 COUTHENANS
	EN VOITURE, JE ME RASSURE, reprendre confiance au volant	JEUDI MATIN DU 10H à 12H	DU 21/10/2021 AU 16/12/2021	70000 VESOUL
	QUESTION DE SENS, autour des 5 sens	VENDREDI MATIN DE 9H30 à 11H30	DU 10/09/2021 AU 15/10/2021	70100 ARC LES GRAY

Inscriptions et renseignements : **Isabelle BLACHERE** 06.32.80.71.40

**ASEPT FC/B** **Coordinatrice Ateliers Bons Jours Haute-Saône 70**

**lbj70asept@franche-comte.msa.fr**

**[blachere.isabelle@franche-comte.msa.fr](mailto:blachere.isabelle@franche-comte.msa.fr)**