

Les doigts de fée : initiation à l'automassage

**GRATUIT
SUR
INSCRIPTION**



**JEUDI 20 JUIN
14h00 à 16h00**

VOLONNE



**Réservé aux personnes
de 60 ans et +**

Renseignements et inscriptions :



Mairie : 04 92 64 07 57



Nos partenaires



**ALPES DE HAUTE
PROVENCE**
LE DÉPARTEMENT



Au quotidien tout le monde pratique
l'auto massage inconsciemment.
C'est le moyen le plus instinctif et
immédiat de prendre soin de soi.
Autant en avoir conscience et
s'appropriier les bonnes techniques !