

## Atelier REFLEXOLOGIE Pour les retraités

### Informations pratiques

#### Des séances

Se dérouleront tous les jeudis

Du : 12/03/2026 au 09/04/2026

De : 14h30 à 16h00

A : La salle de réunion de la mairie, 1 bis place Jean Jigis

31110 DOURENE

### Inscriptions

Avant le 28/02/2026

Auprès de : Gabrielle VERDEIL (animatrice)

» Soit par téléphone au : 06 76 22 47 58

» Soit par email : [jlverdeil@wanadoo.fr](mailto:jlverdeil@wanadoo.fr)

### Renseignements complémentaires

Auprès de Marine CORBIERE CAILLOL (référente

05 63 54 15 44

### Site Internet

Tous les éléments d'information sont consultables sur  
le site : [www.pourbienvieillir.fr](http://www.pourbienvieillir.fr)

Cet atelier est financé par les caisses de retraite



**POUR Bien  
VIEILLIR**



## ➤ QUI SOMMES-NOUS ?

Les caisses de retraite s'engagent dans une **démarche active de prévention** auprès de tous les retraités à travers l'association **Midi-Pyrénées Prévention (M2P)**.

M2P vous **accompagne au quotidien** avec des conférences et des ateliers, près de chez vous, auxquels vous pouvez vous inscrire en vous rendant sur le site :

[www.pourbienvieillir.fr](http://www.pourbienvieillir.fr)

Ou en scannant ce QR-Code :



Le label « Pour bien vieillir » permet d'identifier les actions de prévention proposées par vos caisses de retraite.

pb  
**POUR Bien  
VIEILLIR**

Generative adapte  
les bons réflexes !

Atelier  
**Reflexologie**

M2P organise  
des ateliers ouverts  
aux jeunes de + de 60 ans !

