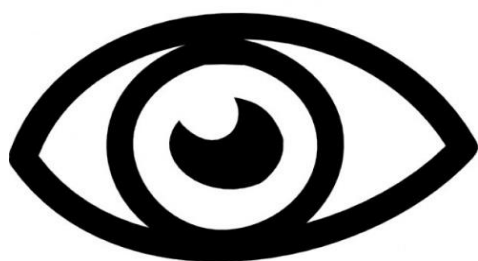




Le **C**entre **I**ntercommunal d'**A**ction **S**ociale des communes, d'Eckwersheim, Lampertheim, Mundolsheim et Vendenheim propose aux séniors de plus de 55 ans, en partenariat avec l'association YOGA ASANA de Vendenheim.

Un atelier de trois rencontres :

YOGA DES YEUX



Apprenez par des exercices simples et accessibles à :

- Relâcher les tensions oculaires
- Entretenir une bonne mobilité des muscles de l'oeil
- Développer le calme mental par la respiration

**Les jeudis 13, 20 et 27 septembre 2018 de
14h30 à 15h30
Au centre culturel de Mundolsheim.**

Sur inscription au CIAS (nombre de places limité)

CIAS : 03.88.64.78.04 ou

animation@cias-vendenheim.fr.

Participation financière de 5€ par personne par séance

