

[Retour en vidéo sur l'atelier " Mangez, bougez, relaxez" de Sevran Séniors](#)

Cet atelier a été organisé du 9 octobre au 28 novembre 2018 à l'espace d'animation du Bois-du-Roi, en partenariat avec le CCAS (Centre Communal d'Action Sociale) de Sevran.

L'atelier " Mangez, bougez, relaxez" était proposé par la Mutualité française Ile-de-France dans le cadre de la semaine bleue 2018 aux séniors de 60 ans et plus. Ils ont pu rencontrer une diététicienne, un éducateur sportif et une sophrologue lors de ces moments d'échange.

Publié le 21 février 2019