

Permettez nous de vous accompagner
le long de ce chemin



Périgueux



FRANCE
ALZHEIMER
& MALADIES APPARENTÉES
24 DORDOGNE



ATELIER SOPHROLOGIE

Le lundi de 15h00 à 16h00

à partir du 18 septembre

au Tiers Lieu "L'Ostalet", 39 rue du Président Wilson
(entrée restaurant Jaune Poussin) à **Périgueux**

***Cet atelier s'adresse au couple aidant/aidé qui souhaite
participer à une activité de détente.***

La sophrologie favorise un bon équilibre entre le corps, le mental et les émotions. La sophrologie est un outil de choix pour mieux gérer son stress, s'ouvrir à la détente, reprendre confiance en soi et apprendre à positiver.

Intervenant : une sophrologue

Renseignements et inscriptions
au 06.70.80.90.07 ou 05.53.27.30.34

