

# Adoptez la meilleure des résolutions pour 2021

## APPRENEZ A PRENDRE SOIN DE VOUS !

Vous vous sentez fatigué(e), lassé(e)  
voire épuisé(e) ?

Venez participer à une

**SÉANCE DÉCOUVERTE**

en ligne pour découvrir nos ateliers de  
**prévention de l'épuisement**



Mardi  
16  
février

Mardi  
23  
février

18h à  
19h

Gratuit

Sur inscription  
(nombre de places limité):

[contact@apepsandco.fr](mailto:contact@apepsandco.fr)

Envie d'en savoir plus sur nos  
ateliers et la prévention de  
l'épuisement ?

Retrouvez nous sur  
[apepsandco.fr](https://www.apepsandco.fr)



Ophélie GESBERT et Sarah TESSON

Prévention de l'Épuisement et Codéveloppement  
Apeps and Co

[contact@apepsandco.fr](mailto:contact@apepsandco.fr)



APEPS AND CO



@apepsandco