

ATELIERS POUR PRENDRE SOIN DE SOI



Aidant d'un proche malade,
venez prendre soin de vous !

les vendredis
de 10h à 12h

15 avril	2
22 avril	2
06 mai	0
20 mai	2
27 mai	2
03 juin	2
10 juin	2

CHERBOURG-EN-COTENTIN

Ces ateliers ont pour objectif d'apprendre à gérer votre énergie et à respecter vos besoins afin de prévenir le risque d'épuisement accru de par votre relation d'aide auprès de votre proche. Les ateliers se centrent sur vous dans votre globalité et favorise la mise en mouvement de soi.



Inscription **gratuite** auprès de France Alzheimer 50 au 02 33 17 16 41
contact@francealzheimer50.org

ATELIERS POUR PRENDRE SOIN DE SOI



**FRANCE
ALZHEIMER**
& MALADIES APPARENTÉES

50 MANCHE

Aidant d'un proche malade,
venez prendre soin de vous !

les vendredis
de 10h à 12h

15 avril	2
22 avril	2
06 mai	0
20 mai	2
27 mai	2
03 juin	2
10 juin	2

CHERBOURG-EN-COTENTIN

Ces ateliers ont pour objectif d'apprendre à gérer votre énergie et à respecter vos besoins afin de prévenir le risque d'épuisement accru de par votre relation d'aide auprès de votre proche. Les ateliers se centrent sur vous dans votre globalité et favorise la mise en mouvement de soi.



Inscription **gratuite** auprès de France Alzheimer 50 au 02 33 17 16 41
contact@francealzheimer50.org