

France Alzheimer Manche

organise :

Ateliers de relaxation Sophrologie

Ateliers de relaxation afin d'apporter un moment de détente aux aidants pour souffler, faire face au stress et se reposer. Notre psychologue formée propose des séances de Sophrologie.



le mercredi
de 10h30 à 11h30
1 fois/mois

2
0
2
2

Résidence autonomie
La Chancelière
21 rue de Saint-Exupéry
LA GLACERIE
Cherbourg-en-Cotentin

Renseignements et inscription **gratuite**
obligatoire au siège de l'Association.
Seule l'adhésion annuelle (34€) est requise.

France Alzheimer Manche

organise :

Ateliers de relaxation Sophrologie

Ateliers de relaxation afin d'apporter un moment de détente aux aidants pour souffler, faire face au stress et se reposer. Notre psychologue formée propose des séances de Sophrologie.



le mercredi
de 10h30 à 11h30
1 fois/mois

2
0
2
2

Résidence autonomie
La Chancelière
21 rue de Saint-Exupéry
LA GLACERIE
Cherbourg-en-Cotentin

Renseignements et inscription **gratuite**
obligatoire au siège de l'Association.
Seule l'adhésion annuelle (34€) est requise.