

Programme de la journée 9h -16h



« Instant musique »
avec la Médiathèque



Massage



Activité Physique
Adaptée



Atelier aquarelle



Socio-Esthétique



Sophro-balade



YOGALATES



Gestion du stress



Comme chaque année, vous aurez la possibilité de vous restaurer
gratuitement sur place

<input type="checkbox"/>	Sophrologie	9h45 - 10h45
<input type="checkbox"/>	Gestion du stress	9h45 - 10h45
<input type="checkbox"/>	Sophro-balade	11h00 - 12h00
<input type="checkbox"/>	Gestion du stress	11h00 - 12h00
<input type="checkbox"/>	Gestion du stress	13h45 - 14h45
<input type="checkbox"/>	Sophrologie	13h45 - 14h45
<input type="checkbox"/>	Gestion du stress	15h00 - 16h00
<input type="checkbox"/>	Sophro-balade	15h00 - 16h00

Bulletin d'inscription A retourner avant le : Vendredi 15 septembre 2023

Mme/M. :

N° de téléphone :

Mail :

Participe à cette journée

Nombre de personne.....

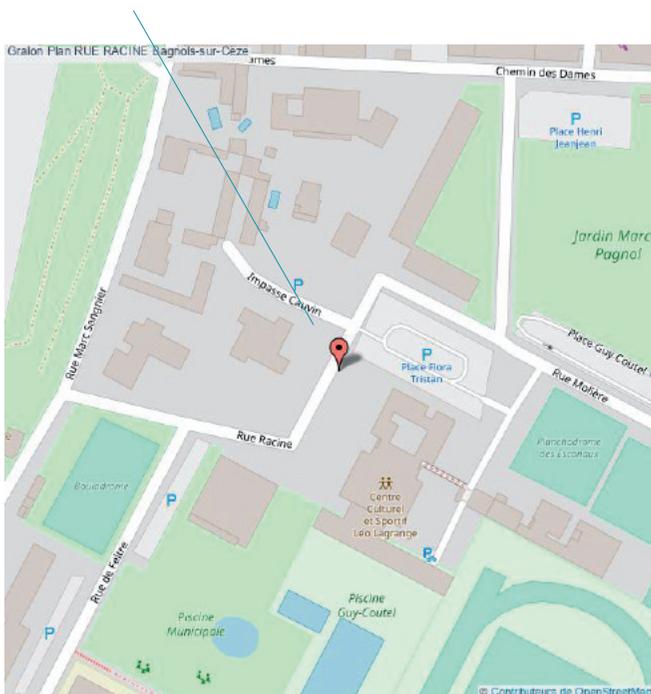
Participe au repas

Nombre de personne :

PLATEFORME DES AIDANTS
5 RUE JACQUELINE BRET ANDRE
30200 BAGNOLS-SUR-CEZE
Tél : 04 66 79 79 46

Salle multiculturelle

5 Rue Racine 30200 Bagnols-sur-Cèze



PROGRAMME



Pas sans
LES 11 MILLIONS
d'aidant.es

Bagnols-sur-Cèze
Salle Multiculturelle
5 Rue Racine
de 9h à 16h

JEUDI 5 OCTOBRE 2023

Vous venez en aide à un proche en situation de dépendance ou de handicap dans la vie quotidienne

Venez vous ressourcer à la
« Journée bien-être des Aidants »

Inscription auprès de la Plateforme des Aidants

au 04.66.79.79.46