



L'ATELIER DES AIDANTS

Cycle bien-être en Bresse Bourguignonne

Un cycle Bien-être gratuit proposé aux aidants familiaux

Des ateliers collectifs de relaxation

+ 1 atelier d'information sur vos droits

A partir du jeudi 21 octobre 2021 de 14h à 16h à **Mervans***

*Pour souffler, évacuer le stress,
Pour se sentir bien,
Pour partager un moment convivial,
Pour renouer les liens...*

* Le lieu exact vous sera communiqué ultérieurement

Ateliers financés dans le cadre de la
conférence des financeurs de Saône-et-Loire

Conférence
des financeurs
Autonomie **71**

MERVANS
FR

RÉSEAU 71
DES AIDANTS

Inscription gratuite et obligatoire

Nom, prénom :

Commune :

Tél :

Courriel :

Renseignements et inscription :

Par courrier: IREPS BFC, antenne 71
Stéphanie LIMBACH,
4, quai des marans 71000 Mâcon

Par téléphone : 03 85 20 51 99

Par mail: s.limbach@ireps-bfc.org

- 6 ateliers collectifs de relaxation et d'information avec une sophrologue.
- Ateliers pour les proches aidants (conjoint, enfant, parent, ami, voisin...) venant en aide aux personnes âgées de plus de 60 ans.
- Séances collectives du jeudi 21 octobre 2021 au jeudi 02 décembre 2021, de 14h à 16h, à Mervans (71310).

Possibilité de bénéficier gratuitement d'un transport à la demande