



**FRANCE
ALZHEIMER**
& MALADIES APPARENTÉES

28 EURE ET LOIR



ATELIERS DE RELAXATION

(2 fois par mois)

DESTINES AUX AIDANTS

animés par une sophrologue

La Relaxation permet au proche aidant de mieux gérer ses réactions émotionnelles et son stress et ainsi de moins s'épuiser.

09 et 23/09/2026 à 15 h 15

09/10/2026 à 13 h 30

21/10/2026 à 15 h 15

06/11/2026 à 13 h 30

18/11/2026 à 15 h 15

09 et 16/12/2026 à 15 h 15

13 et 20/01/2027 à 15 h 15

10 et 17/02/2027 à 15 h 15

17 et 24/03/2027 à 15 h 15

14 et 21/04/2027 à 15 h 15

12/05/2027 à 15 h 15

20/05/2027 à 15 h 15

09 et 23/06/2027 à 14 h

09 et 23/07/2027 à 13 h 30

CONTACTEZ-NOUS !

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTION

FRANCE ALZHEIMER EURE ET LOIR

11 avenue des Sablons – CHARTRES

06 74 37 99 34

contact28@francealzheimer.org