

# 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.

Les mercredis de 10h30 à 11h30

<b>19 juillet</b>	<b>2</b>
<b>13 septembre</b>	<b>0</b>
<b>11 octobre</b>	<b>0</b>
<b>15 novembre</b>	<b>2</b>
<b>13 décembre</b>	<b>3</b>

**Résidence Autonomie**

**« La Chancelière »**

21, rue Saint Exupéry

**LA GLACERIE**

Inscription obligatoire au siège de l'Association.  
Seule l'adhésion annuelle (34€) est requise.