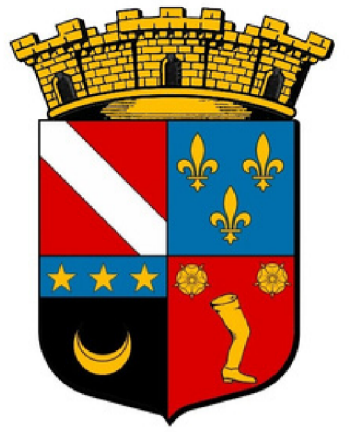


Ateliers de sophrologie



Le programme **Vivre Son Age**
propose 10 séances collectives gratuites de sophrologie
en collaboration avec la commune de Caux

Découvrir la pratique,

se détendre,

mieux dormir,

lâcher-prise,



s'occuper de soi

gérer ses émotions,

préserver son capital santé

Pour qui ?

Les personnes de 60 ans et plus

Quand ?

à partir du jeudi 25 avril 2024
à 14h

Inscription obligatoire et renseignements

Christelle BLIN

Programme ViSA

visa@ciaspaysdepezenas.fr

04 67 98 06 15 / 07 85 10 97 13

Participation
gratuite

CONFERENCE DES FINANCEURS DE LA PREVENTION DE LA PERTE D'AUTONOMIE DE L'HERAULT

(CFPPA HERAULT)