

Ateliers bien-être pour les aidants

animés par Ambre Bertout, sophrologue, praticienne bien être et Reiki

Programme

Samedi 13 novembre 2021 de 10 h à 11 h (durée 1 h) **Atelier sophrologie au siège de l'Apei de Lille**
42 rue Roger Salengro – 59260 Hellemmes

Mercredi 16 novembre 2021 de 14 h 30 à 15 h 30 (durée 1 h) **Atelier sophrologie à la Salle jeun'espace**
Espace communal la Mouchonnière – rue du 8 mars – 59113 Seclin

Mercredi 24 novembre 2021 de 14h30 à 16h30 (durée 2 h) **Atelier socio-esthétique à la salle Dédulle**
Rue de la commune de Paris – 59113 Seclin

Samedi 27 novembre 2021 de 9h30 à 11h30 (durée 2 h) **Atelier socio-esthétique au siège de l'Apei de Lille**
42 rue Roger Salengro – 59260 Hellemmes

Lundi 29 novembre 2021 de 14h30 à 15h30 (durée 1 h) **Atelier sophrologie au Service Crescendo**
16 rue Chanzy – 59260 Hellemmes

Mercredi 1er décembre 2021 de 9h30 à 11h30 (durée 2 h) **Atelier socio-esthétique à la salle Léon Carlier**
83 bis rue de Burgault – 59113 Seclin

Mardi 7 décembre 2021 de 14h30 à 15h30 (durée 1 h) **Atelier sophrologie à la salle Léon Carlier**
83 bis rue de Burgault – 59113 Seclin

Lundi 13 décembre 2021 de 14h30 à 15h30 (durée 1 h) **Atelier sophrologie au Service Crescendo**
16 rue Chanzy – 59260 Hellemmes

Informations

 **Ateliers gratuits**

 **10 participants par séance**

 **Réservations :**
aides-aidants@papillonsblancs-lille.org / 03-20-43-95-60 / soutenirlesaidants.fr