



Fondation Odilon Lannelongue

Reconnue d'utilité publique
www.fondation-odilon-lannelongue.fr



Plateforme d'Accompagnement et de Répit des **Aidants**

Sophrologie

Séances collectives de sophrologie
pour les **proches aidants**



Contactez nous

01 46 42 31 51

EN SAVOIR PLUS

C'est quoi ?

Une séance d'1 heure 30 en groupe de sophrologie

Pour qui ?

Aidants de proches fragilisés par l'âge ou la maladie

Pourquoi ?

Pour se détendre, se reconnecter avec son corps, retrouver le calme et la sérénité

En pratique ?

En après-midi (14h30-16h), à la Fondation Odilon Lannelongue
1er étage, sonner à l'interphone Fondation Lannelongue
Inscription préalable obligatoire, dans la limite des places
disponibles. **Participation de 5 euros.**

**Nous contacter au 01 46 42 31 51
ou par mail : para@fondation-odilon-lannelongue.fr**



C'est quand ?

-Mercredi 24 septembre

-Mercredi 15 octobre

-Mercredi 12 novembre

-Mercredi 17 décembre



Fondation Odilon Lannelongue

Reconnue d'utilité publique
www.fondation-odilon-lannelongue.fr

**CONSEILS • ÉCOUTE
PARTAGE • SOLUTIONS**