

6 avril

Atelier « Bulle de méditation guidée » par Ap2coach

25 mai

Atelier « Ma routine pour alléger le stress » par Yakamoz

22 juin

Atelier Danse « Harmonisez votre corps et votre esprit » par Julie Katchadourian



**métropole
aidante**[®]
— ASSOCIATION LOI 1901


FONDATION
FRANCE RÉPIT

**Vous êtes proche aidant et
avez envie de détente dans un
lieu convivial ?**

**Participez aux
SAMEDIS BIEN-ÊTRE
DE MÉTROPOLE
AIDANTE**

**Accueil à partir de 9h30
autour d'un café**

Frais de participation : 5 €

Inscription :
(Places limitées)



9h30 à 11h30

292, rue Vendôme, 69003 Lyon

04 72 69 15 28

contact@metropole-aidante.fr