

# En Centre'*aidant*

Vous accompagnez **un proche** âgé ou touché par la maladie ou le handicap ?

**Venez participer à nos ateliers**

À partir du

9

MARS

En visioconférence

## Informations et inscriptions

auprès de Pauline Fortin

06 70 49 39 06

pauline.fortin@murec.fr



Gratuit

Découvrez  
nos ateliers

Thématiques	Dates	Horaires
Les petits bonheurs	9 mars 2021	<p>Les mardis de 10 h à 12 h</p> <p><b>En visioconférence</b></p>
Les 5 sens	16 mars 2021	
Un temps pour s'occuper de soi et se ressourcer	23 mars 2021	
Atelier Pilates	30 mars 2021	
Voyage hypnotique	6 avril 2021	
Sophrologie	13 avril 2021	
Ateliers numériques	11, 18, 25 mars et 1 <sup>er</sup> , 8 avril 2021	<p>Les jeudis de 10 h à 12 h</p> <p><b>31 avenue du Chautemps À Montargis</b></p>

Ne pas jeter sur la voie publique

Nous pouvons  
**vous aider**  
**à vous connecter**  
aux visioconférences.