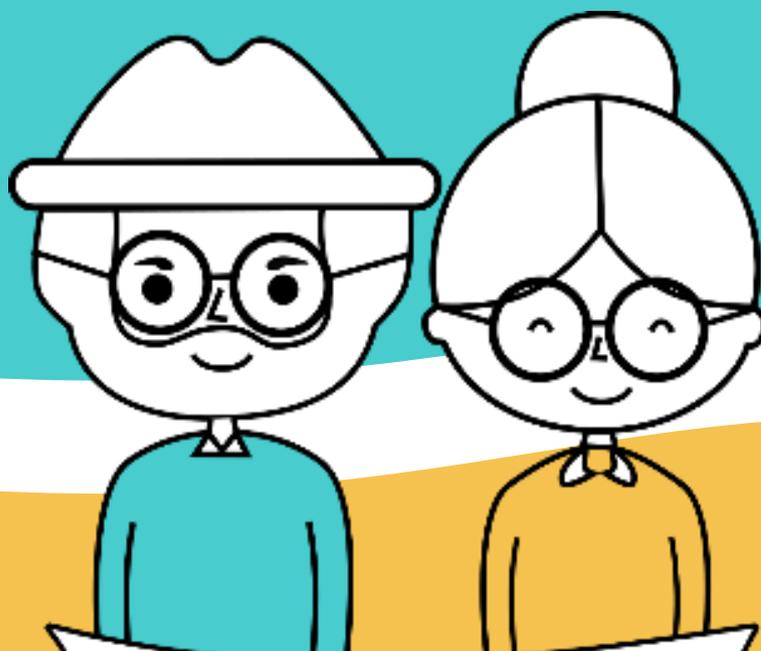


Mars
2021



Bien Vieillir

Relaxation

Cycle bien-être en Saône-et-Loire

L'IREPS, antenne de Saône-et-Loire propose aux personnes âgées de plus de 60 ans:

Des temps de soutien individuel **gratuits** par téléphone avec une sophrologue certifiée sur rendez-vous

Quand : A partir du 1^{er} mars 2021

-Cycle de 5 entretiens d'une demi-heure par personne-

Pour renouer les liens...

Pour se sentir bien....

Pour évacuer le stress...

Bulletin de participation

Je souhaite m'inscrire aux temps individuels

Nom :

Prénom :

Age :

Ville de résidence :

Téléphone / Email :

.....

Modalités de participation:

Inscription gratuite, obligatoire

Nombre de places limitées

« Il y a une chose de formidable avec la relaxation... C'est qu'elle se pratique à tout âge et peut nous accompagner tout au long de la vie. »



Renseignements et inscription :

Par courrier : IREPS BFC

Manon COLARD

4, quai des marans, 71000 Mâcon

Par mail : m.colard@ireps-bfc.org

Par téléphone : 03 85 20 51 99