

# Café Répit



Le 1<sup>er</sup> lundi  
de  
14h30 à 16h30

Halte répit  
71C av Saint Sébastien  
**PORNICHET**

Entrée libre et  
gratuite

**THEMES ET DATES 2<sup>ème</sup> semestre 2022**

**5 septembre :** « La relation à l'épreuve de la maladie »

**3 octobre :** « Être attentif à sa respiration »

**7 novembre :** « Et moi qui m'aide ? »

**5 décembre :** « Les bienfaits du rire »



Pour tout renseignement : Al'fa Répit le Relais des aidants 02 40 66 94 58

# Café Répit



Le 1<sup>er</sup> lundi  
de  
14h30 à 16h30

Halte répit  
71C av Saint Sébastien  
**PORNICHET**

Entrée libre et  
gratuite

**THEMES ET DATES 2<sup>ème</sup> semestre 2022**

**5 septembre :** « La relation à l'épreuve de la maladie »

**3 octobre :** « Être attentif à sa respiration »

**7 novembre :** « Et moi qui m'aide ? »

**5 décembre :** « Les bienfaits du rire »



Pour tout renseignement : Al'fa Répit le Relais des aidants 02 40 66 94 58