

Café Répit



Le 1^{er} lundi
de
14h30 à 16h30

Halte répit
71C av Saint Sébastien
PORNICHET

Entrée libre et
gratuite

THEMES ET DATES 2^{er} semestre 2021

6 septembre : « Découvrir des outils antistress »

4 octobre : « Les bienfaits de l'activité physique »

8 novembre : « CESU, chèque autonomie, mode d'emploi »

6 décembre : « Prendre soin de la relation en cuisinant »



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

Café Répit



Le 1^{er} lundi
de
14h30 à 16h30

Halte répit
71C av Saint Sébastien
PORNICHET

Entrée libre et
gratuite

THEMES ET DATES 2^{er} semestre 2021

6 septembre : « Découvrir des outils antistress »

4 octobre : « Les bienfaits de l'activité physique »

8 novembre : « CESU, chèque autonomie, mode d'emploi »

6 décembre : « Prendre soin de la relation en cuisinant »



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