

SÉANCES DE SOPHROLOGIE

POUR LES PROCHES AIDANTS

CHAOURCE



PROCHES-AIDANTS

Vous accompagnez au quotidien un proche malade, dépendant, ou en perte d'autonomie?

GRATUIT

DATES &
INSCRIPTION AU
DOS

Nous vous proposons **gratuitement** un programme de 9 séances de sophrologie pour prendre soin de vous.

Renseignements :



03.25.28.63.68

07.89.24.83.26

cnsa
Système d'information

ars
Agence Régionale de Santé
Île-de-France

Aube
en Champagne
LE DÉPARTEMENT

DMR
pour tous, toute la vie, partout

DATES DU PROGRAMME

POUR LES PROCHES AIDANTS

CHAOURCE

14h30

Séance 1

Lundi 28 Février
2022

14h30

Séance 2

Lundi 14 Mars
2022

14h30

Séance 3

Lundi 28 Mars
2022

14h30

Séance 4

Lundi 11 Avril
2022

14h30

Séance 5

Lundi 2 Mai
2022

14h30

Séance 6

Lundi 16 Mai
2022

14h30

Séance 7

Lundi 30 Mai
2022

14h30

Séance 8

Lundi 13 Juin
2022

14h30

Séance 9

Lundi 27 Juin
2022

POUR VOUS INSCRIRE

Contactez la Maison des Services
ADMR de Troyes



03.25.28.63.68

07.89.24.83.26

Modalités pour participer :

- ⇒ Être accompagnant d'un proche en situation de dépendance/handicap/perte d'autonomie/maladie ...
- ⇒ La personne aidée peut être : le conjoint ; les enfants ; les parents ; un membre de la famille ; un ami ; un voisin ...
- ⇒ Aucun justificatif requis au moment de l'inscription ni de document concernant la reconnaissance en tant que proche aidant
- ⇒ Habiter la commune de Chaource ou les communes alentours

Programme **Gratuit** financé

par :



**Animé par une sophrologue formée à
l'accompagnement des proches aidants**