

GRATUIT

10 Ateliers Détente et Relaxation pour les aidants familiaux

Tous les Jeudis
pendant 10 séances

A partir du **22** octobre 2026
de 13h à 14h

à la salle du Quillé,
148 avenue de l'Alsace
BENQUET

Groupe de 10-12 personnes d'aidants familiaux



Détente



**INSCRIPTION OBLIGATOIRE
ET RENSEIGNEMENTS**

Dominique Genot 06.62.86.49.76 dghep91@gmail.com

Sandrine Taris-Lalanne 06.37.65.83.90 stl-coach@gmx.com

avec le partenariat de

et le soutien financier de