

ATELIER

Samedi 7 Novembre
à 14h00 - SANDRANS

Méditation guidée, Do in et relaxation

Quand on vit un deuil, quand on accompagne un proche dans sa fin de vie ou quand on est soi-même en fin de vie ou malade, il est parfois difficile de penser à prendre soin de soi et s'octroyer un moment de détente qui fait du bien au corps et à l'esprit. Venez prendre un moment pour vous.



Salle des fêtes
01400 SANDRANS



Adultes



Centre social ECLAT : 04 72 08 50 85



Gratuit
sur inscription : accueil@01eclat.fr



Salle des associations Les Tamaris
Allée des Charmilles
01390 SAINT MARCEL EN DOMBES



Adultes



Centre social ECLAT : 04 72 08 50 85



Gratuit
sur inscription : accueil@01eclat.fr

ATELIER

Lundi 9 Novembre

à 10h00 - SAINT MARCEL EN DOMBES

Méditation guidée, Do in et relaxation

Quand on vit un deuil, quand on accompagne un proche dans sa fin de vie ou quand on est soi-même en fin de vie ou malade, il est parfois difficile de penser à prendre soin de soi et s'octroyer un moment de détente qui fait du bien au corps et à l'esprit. Venez prendre un moment pour vous.

ATELIER

Mardi 10 Novembre

À 10H00 - SAINT-ANDRÉ-DE-CORCY

Temps d'information funéraire : on ne mourra pas d'en parler !

En France, lorsqu'il y a un décès, les proches doivent nécessairement faire appel à une entreprise funéraire pour organiser les obsèques.

Ils découvrent alors le monde du funéraire dans un moment de vulnérabilité. La coopérative funéraire de LYON vous propose un temps d'information et d'échanges pour répondre à cette méconnaissance.



Centre Social ECLAT
290 Allée des Sports
01390 SAINT-ANDRÉ-DE-CORCY



Adultes



Clc de la Dombes : 04 74 55 15 39



Gratuit
sur inscription : clc@ccdombes.fr



Centre social Mosaïque
31 Place des écoles
01390 CHALAMONT



Adultes



Centre social ECLAT : 04 72 08 50 85



Gratuit
sur inscription : accueil@01eclat.fr



ATELIER

Vendredi 13 Novembre

à 14h00 - CHALAMONT

Que faire des affaires d'un proche décédé ? Comment se sentir bien chez soi après un deuil ?

Après une perte, trier les affaires d'un proche peut être une épreuve : que garder, que laisser ? Par où commencer sans se sentir submergé ? Cet atelier vous propose un cadre doux et concret pour apprivoiser ce tri délicat et avancer à votre rythme.