



**LE RÉSEAU 71
DES AIDANTS**



**UN MOMENT POUR SE RASSEMBLER,
S'INFORMER, ECHANGER...**

UN MOMENT POUR SE RESSOURCER !

DE 14H À 18H ENTREE LIBRE

LE RÉSEAU DES AIDANTS NORD 71

VOUS PROPOSE AVEC SES PARTENAIRES :

(Plateforme Territoriale d'Appui (PTA), Maison Locale de l'Autonomie (MLA), Pôle Seniors de la Ville du Creusot, Mutualité Française Bourgogne Franche Comté, Association Siel Bleu...)

**UN PARCOURS BIEN ÊTRE ET SANTÉ AUTOUR
DE STANDS LUDIQUES ET INFORMATIFS.**

**DIVERS STANDS
INFORMATIFS**

LES ATELIERS

VOTRE SANTE SUR MESURE

→ Atelier de prévention permettant de sensibiliser sur les facteurs de risques liés aux maladies cardio-vasculaires animé par la Mutualité Française BFC

BIEN ETRE

→ Découverte de techniques de bien être ; S'initier à des pratiques de bien être à refaire chez soi ; Apprendre à mieux gérer son stress ... animé par la Mutualité Française BFC et Amélie Ducarouge Sophrologue

GYM DOUCE

→ Séances animées par l'Association Siel Bleu

REPIT LIBERE

VOUS SOUHAITEZ PARTICIPER A L'EVENEMENT ?
VOUS N'AVEZ PAS DE SOLUTION POUR VOTRE PROCHE ?

UN ACCUEIL GRATUIT ET SECURISE AVEC DES PROFESSIONNELS EST ORGANISE !

**INSCRIPTION OBLIGATOIRE
03 85 77 04 20**

Lieu de la manifestation :

Accueil de Jour HARPE - 8 rue du Canada - 71200 LE CREUSOT

UN COCKTAIL DE CONVIVIALITÉ VOUS SERA PROPOSÉ À PARTIR DE 18H



Bourgogne-Franche-Comté
RESEDA

