



Les ateliers en visio RePairs Aidants **sur l'allègement du stress pour les parents, conjoints, enfants, fratrie ou proches qui accompagnent une personne en situation de handicap continuent !**

4 nouveaux ateliers sont ouverts à l'inscription :

- **Jeudi 30 mars, de 14h à 16h : Réguler le stress, Développement personnel** → [je m'inscris](#)
- **Samedi 8 avril, de 10h à 12h : A l'écoute des signaux du corps, Séance de yoga** → [je m'inscris](#)
- **Lundi 17 avril, de 14h à 16h : Eviter l'épuisement, Développement personnel** → [je m'inscris](#)
- **Mercredi 26 avril, de 14h à 16h : Se recharger, Pratiques corporelles : astuces de naturopathie et de respiration** → [je m'inscris](#)

Alors, n'hésitez pas, inscrivez-vous

Pour toutes Informations
07 72 12 78 70
mireille.fouqueau@apf.asso.fr