

En partenariat avec



SORTIE DE REPIT D'AOÛT POUR LES AIDANTS

Madame, Monsieur,

Ateliers d'été : **JEUDI 13 AOÛT 2020**

De 12h jusqu'à 16h30

Nous avons le plaisir de pouvoir être accueillis par l'Association « Les Petits Frères des Pauvres » à la maison du Manier dans son environnement champêtre et convivial :

Le Manier - 5 impasse Le Manier - 13012 Marseille

A cette occasion, nous vous proposerons de manger ensemble sur la terrasse extérieure à midi et de participer aux 2 ateliers de 14h à 16h15. L'organisation de l'après-midi :

12h00 → Le Repas du Manier en extérieur



Conférence sur le sommeil

Animé par un psychologue pour mieux comprendre comment fonctionne le sommeil et avoir des conseils pour mettre toutes les chances de son côté

Atelier de détente et relaxation

Animé par un sophrologue afin de trouver un moment de sérénité pour rétablir l'équilibre intérieur en harmonisant le corps, l'esprit et les émotions



De 14h à 16h15

En partenariat avec



Inscription : Les places étant très limitées, plus qu'à l'habitude du fait des mesures sanitaires, l'inscription est obligatoire.

Si vous êtes intéressé(e), contactez-nous dès à présent au **04.91.70.76.53**

Nous vous recontacterons ensuite à la date limite d'inscription (le 06/08) pour confirmer ou non votre participation à cette journée.

Coût : 5 €/personne

Si votre participation est confirmée, il vous faudra adresser le règlement par courrier postal à l'adresse suivante : « Association A3, Hôpital Ste Marguerite, 270 Av. de Ste Marguerite, Pavillon 2 – Rdc, 13009 Marseille ».

Accès :

En voiture : un parking est à votre disposition

En bus : N°9 à récupérer à la Fourragère et s'arrêter à l'arrêt Kaddouz Mazarade

En espérant vous compter parmi nous, nous vous souhaitons de passer un bel été.

Cordialement,
L'équipe de l'association A3 « Aide Aux Aidants »

