

À vos agendas pour les 3 premiers mois de l'année 2023 !



ATELIER PREVENTION DES CHUTES ET GALETTE

Financé par le Conseil Régional

Le jeudi 26 janvier 2023 de 14h00 à 16h30

Dans les locaux de l'Association A3 à ARLES

Venez participer avec votre proche à une séance de prévention des chutes. Animée par un éducateur de l'association Siel Bleu.

Ce moment sera suivi de la dégustation de la galette des rois 2023.



SEANCES DE SOPHROLOGIE

Financées par la CARSAT

Du lundi 20 février au mardi 30 mai 2023

Dans les locaux de l'Association A3 à ARLES

Animées par la sophrologue Françoise PIBERNUS

Attention les places sont limitées !





ATELIER COSMETIQUE

Financé par l'ARS

Le jeudi 02 février 2023

à SAINT REMY DE PROVENCE

Animé par une esthéticienne spécialisée en plante aromatique et médicinale, pour réaliser une crème pour les mains personnalisée.

Une participation financière de 5€ sera demandée



LES THES ITINERANTS

Le mardi 14 février 2023

Le mardi 14 mars 2023

Dans les communes du Nord des BOUCHES DU RHONE

Ces moments d'échanges et de partages seront animés par la psychologue et la responsable d'accompagnement de l'Association A3.



L'APERO DES AIDANTS

Financé par l'ARS

Le jeudi 23 février 2023 à partir de 17h30

à ARLES (lieu à préciser)

Moment d'échange en fin de journée permettant à tous nos aidants ainsi qu'aux aidants actifs de venir se rencontrer et profiter d'un moment de répit.

Une participation financière de 8€ sera demandée



RENDEZ-VOUS INDIVIDUEL DE BIEN ETRE

Financé par l'ARS

Le vendredi 10 mars 2023

Lieu à préciser

Venez vous ressourcer pendant une heure avec la réflexologue où vous pourrez choisir de bénéficier d'une séance de réflexologie plantaire, palmaire ou d'un massage crânien.



LE BIEN ETRE AIDANT LA TETE ET LE CORPS

Financé par l'ARS

Du mercredi 22 mars au jeudi 29 juin 2022

de 14h00 à 16h00 à SAINT MARTIN DE CRAU

Venez découvrir lors de 4 séances :

- Le Yoga du Rire
- La Réflexologie Palmaire
- La Sophrologie
- La Méditation



A VENIR

***Atelier de prévention nutritionnelle en partenariat avec Sylvér
Fourchette date à préciser***

Attention, les places sont limitées.

Inscriptions obligatoires et uniquement par téléphone au

07.77.28.85.65.

Nous vous confirmerons par la suite votre inscription
définitive.

Au plaisir de vous retrouver !

L'Equipe A3 ARLES CAMARGUE

Sandra PANIS, Maëva DORCE-LEON, Chloé GONZALVEZ et

Agathe GALLOWAY

1, Rue Nicolas Copernic 13200 ARLES



