

Aider les aidants !



Ateliers «Mieux-être»

Venez expérimenter des outils pour «prendre soin de soi»,
ou pour aller mieux... Et profitez d'un massage assis !

*L'association **Vers L'essentiel** anime des ateliers pour améliorer
la qualité de vie, dans le respect de la singularité de chacun.*

En salle Olympe-de-Gouges,

21, rue du Bois-Taillis, 38610 Gières

mardi 19 septembre

mardi 7 novembre

mardi 19 décembre

mardi 17 octobre

de 14h à 16h

de 18h à 20h

inscription au **04 76 89 30 30**



Plus d'informations

www.assoverslessentiel.fr

06 33 48 33 12