

Atelier Mieux-Être

Événement - Atelier Mieux-Être

Titre	Atelier Mieux-Être
Date	Jeu, 18. Juin 2026, 14:00 h - 16:00 h
Lieu	Salle des fêtes - GIERES, FR
Catégorie	 Santé et bien-être

Invitation à des ateliers "Mieux-être"

"Je me ressource !"

Des outils pour se détendre, positiver, vivre mieux...

Judi 18 juin de 14h à 16h
incluant un verre convivial
Salle des Fêtes de Gières
15 Rue Victor Hugo à Gières

Description

Invitation à des ateliers "Mieux-être"

"Je me ressource !"

Des outils pour se détendre, positiver, vivre mieux...

Judi 18 juin de 14h à 16h
incluant un verre convivial
Salle des Fêtes de Gières
15 Rue Victor Hugo à Gières

Ouvert à tous : priorité aux aidants, seniors, personnes en recherche de mieux-être

 **Gratuit sur inscription :** 06 14 81 23 01
ou jeanne.barbier@gieres.fr

Ateliers suivants :

 **17/09 à 14h:**
"Je me crée des espaces de confort"

 **10/12 à 14h :**
"Mieux avec soi, mieux avec l'autre"

Autres dates : à Domène (vendredi) & au Versoud (mardi)



avec le soutien de la CADA dans le cadre du 1er Congrès des personnes âgées de la communauté de Gières



Pour s'inscrire :

06 14 81 23 01

Gratuit sur inscription : 06 14 81 23 01 ou jeanne.barbier@gieres.fr