



PARENTS EN PAUSE



Un moment pour souffler et penser à vous

9h30 - 11h

à la salle des fêtes

(Possibilité de garde d'enfants)

KIT DE
SURVIE

INSTANT
BIEN-ÊTRE

PARTAGE ET
CRÉATIVITÉ

● **jeudi 12 mars**

“ Stop! j'ai besoin d'une pause”
avec Charlotte et Stéphane

● **lundi 16 mars**

Relaxation
avec Sylvie

● **jeudi 26 mars**

“Astuce beauté
sortie du frigo”
avec Pauline

● **jeudi 23 avril**

Vocal “le cocon”
avec Ambre

● **lundi 27 avril**

“Parent...et moi dans tout ça?”
avec Charlotte et Stéphane

● **jeudi 7 mai**

Impression végétale
ou Tataki Zomé
avec Pauline

● **lundi 11 mai**

Une parenthèse de bien être
(auto réflexologie plantaire)
avec Angélique

● **jeudi 21 mai**

“Petites tempêtes et grands soleils :
vivre ses émotions en familles”
avec Charlotte et Stéphane

GRATUIT
- sur inscription -

INFORMATIONS AU 06.24.71.03.79

CONTACT.ALASSAUT.ORG

FACEBOOK: ASSOALASSAUT

9 RUE DE TALET - 33710 MOMBRIER

