



# UN ATELIER INTERACTIF + MODULE DE 9 SÉANCES MÉDITATION DE PLEINE CONSCIENCE

Séances animées par le Dr BEATRICE LELOUTRE

**1 MODULE = 10 SÉANCES D'1H30-2H**

**13, 20 septembre 2021 de 15h à 17h**

**4,11,18 octobre 2021 de 15h à 16h30**

**8,15,22,29 novembre 2021 de 15h à 16h30**

**AVITAM**  
AGIR POUR BIEN VIEILLIR



Pour vous inscrire, contacter le CCAS  
de Saint-Raphaël au 04 94 19 59 97

GRATUIT - SUR INSCRIPTION - NOMBRE DE PLACES LIMITÉES

Projet mené par le CODES 83, dans le cadre de la conférence des financeurs de la prévention de la perte d'autonomie des personnes âgées, avec le soutien opérationnel du département du Var et de l'Agence Régionale de Santé PACA.

