

VOUS ÊTES AIDANT D'UN PROCHE ATTEINT DE  
**TROUBLES DE  
LA MÉMOIRE**

# **ATELIER RELAXATION POUR LES AIDANTS**

La Maison des Aidants propose un atelier relaxation qui vous apportera bien être et détente sur des principes simples d'étirement, d'auto-massage et de technique de respiration.



**LA  
MAISON  
DES  
AIDANTS**  
DE L'ABBAYE



Abbaye - Bords de Marne - Cité Verte  
Domicile & Services

[www.abcd94.fr](http://www.abcd94.fr)

