

ATELIERS PARCOURS BIEN ÊTRE & SOPHROLOGIE

**Vous avez 60 ans et plus ?
Envie de cultiver votre bien-être,
de mieux gérer le stress et les émotions ?
Cet atelier est fait pour vous !**

8 séances hebdomadaires 

À partir du mardi 11 août 2026
9h30-12h00 



**Salle du Petit Houx
Maison du Village
756 route de la Cèze
30160 Robiac-Rochessadoule**

**Un parcours convivial et bienveillant, animé
par Noémie Garcia, conseillère en économie
sociale et familiale et Christel Vaillant,
sophrologue diplômée.**

INSCRIPTIONS ET RENSEIGNEMENTS :

Action financée par



 **Atelier gratuit – 12 places uniquement !**

CCAS : 04 66 24 37 84 

Madame PELATAN Nicole : 06 35 18 13 83

Noémie Garcia : 06 40 31 01 95 