

ASEPT Centre-Val de Loire
31 rue Michelet - 37000 Tours
02.47.31.61.92
asept.centrevalde Loire@gmail.com
www.asept-centre-val-de-loire.fr

Cap Bien être

«CIVILITE» «NOM»,

L'ASEPT Centre-Val de Loire et la commune de Beaulieu-lès-Loches vous invitent à participer à :

Une réunion de présentation de
L'ATELIER CAP Bien Être

Le JEUDI 30 JANVIER 2025 à 14h
A la Salle des fêtes,
1 rue des Morins, 37600 BEAULIEU-LÈS-LOCHES

Lors de cette réunion vous sera présenté le cycle de séances, qui est pensé pour vous permettre de mieux vous connaître et identifier les méthodes les plus appropriées pour gérer votre stress et les émotions au quotidien.

Cet atelier se déroulera en 5 séances collectives et vous sera proposé dans la petite salle de la Salle des fêtes de Beaulieu-lès-Loches :

Les lundis de 14h à 17h du 27 février au 27 mars 2025.

Les ateliers s'adressent aux personnes de + 55 ans, quelle que soit la caisse d'assurance maladie ou de retraite.

Pour plus de renseignements et pour vous inscrire, vous pouvez contacter l'ASEPT Centre-Val de Loire au 02 47 31 61 92 ou par mail asept.centrevalde Loire@gmail.com

Cordialement,
L'Equipe de l'ASEPT Centre- Val de Loire