



PARCOURS BIEN-ÊTRE

POUR LES + DE 60 ANS



(FINANCÉ PAR LA CFPPA07)



SAINT-PÉRAY



Conférence-atelier
vendredi 25 septembre 2026,
14h30 à 16h.
salle de la médiathèque.

CCAS de Saint-Péray

☎ 04 75 81 77 77

Isabelle DEPRUGNEY
Sophrologue - Art-thérapeute
Formatrice

☎ 06 75 39 86 21

UN PREMIER PAS POUR SOUFFLER, SE RESSOURCER, PARTAGER, CRÉER DU LIEN...
ET PRENDRE SOIN DE SOI.