



La **Plateforme Territoriale d'Accompagnement et de Répit** est ravie d'offrir aux aidants une opportunité unique de participer à des **séances d'hypnose**.

Animées par Cécile Sautereau, praticienne expérimentée en hypnose et assistante de soin en gériatrie, ces séances sont conçues pour apporter détente et soutien aux aidants qui jouent un rôle crucial dans le quotidien des personnes qu'ils accompagnent.

L'hypnose peut être un outil efficace pour gérer le stress, améliorer le bien-être mental et offrir un moment de répit précieux.

Pour que le bien-être se prolonge au quotidien, des techniques vous seront proposées afin de permettre à chacun de les réutiliser.

Quand: les jeudis de 14h à 16h
10 septembre
8 octobre
10 décembre

Où: site de la Clairière
Rue Pierre Trouilhé
65500 Vic en bigorree

Gratuit, sur inscription au 05.62.54.66.60
Accueil possible de votre proche aidé (places limitées, se renseigner lors de l'inscription)

