Carpe Diem !

# Bien-être à domicile

Vous accompagnez un proche en perte d'autonomie ?

Vous êtes épuisé(e)s et vous avez des difficultés à vous déplacer ?

Nous vous proposons des séances de bien-être à domicile.

UN SERVICE DE REGAIN COORDINATION

REGAIN coordination

**05 53 68 43 13**

**www.regain-coordination.fr**

NOS FINANCEURS :

RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
Liberté
Égalité
Fraternité

ars Agence Régionale de Santé Île-de-France

Carsat Retraite & Santé au travail Aquitaine

msa santé famille retraite services
L'essentiel & plus encore

5 séances de sophrologie vous sont proposées à domicile si vous avez des difficultés à vous déplacer. Ces temps sont préparés et suivis avec vous.

## A quoi servent les séances de sophrologie ?

. Vous permettre de lâcher prise,

. Retrouver un meilleur sommeil,

. Retrouver de l'énergie,

. Prendre du temps pour vous.

**GRATUIT pour tous !**

## Comment les séances de sophrologie sont mises en place ?

La mise en place des séances de sophrologie est réalisée avec la collaboration de nos partenaires.

Afin que vous puissiez pleinement bénéficier de la séance, nous mettons en place du répit à domicile pour accompagner votre proche.

## Comment en bénéficier ?

Prendre contact avec la Plateforme de répit **Carpe Diem** aux coordonnées ci-dessous :


**05 53 68 43 13**

**98, av. Robert Schuman - BP 30202 - 47006 AGEN Cedex**

**plateforme.repit.carpediem@regain-coordination.fr**

**www.regain-coordination.fr**