

## LES BÉNÉFICIAIRES

### CHANTIER D'INSERTION

*"Lever le rideau"*

18 salariés du chantier d'insertion

### EPICERIE SOCIALE ET SOLIDAIRE

*"Graine d'envie"*

50 bénéficiaires et bénévoles

## LES MODALITÉS D'INTERVENTIONS

1h  
Séances de groupe hebdomadaires

2h30  
Séances de groupe mensuelles d'approfondissement

Soins individuels personnalisés ponctuels



la fédé

PRESENTE

*Les ateliers*

*prendre soin de soi*

## LES FINANCEURS



## LES INTERVENANTS

### DES PIEDS A LA TETE

*Aude Valentin*

### YOGIGLOO

*Peggy Menager*

### SOPHROLOGIE

*Nathalie Texier*

### SOCIO-ESTHETICIENNE

*Sophie Berthelot*

## LES ACTIVITÉS

Sophrologie

Réflexologie plantaire

Diététique et nutrition

Méditation et relaxation

Pratique de l'automassage

Fabrication de cosmétiques naturels

Harmoniser ses vêtements et couleurs

Prendre soin de son visage, de ses pieds, de ses mains...

