

Gym douce

Tous les vendredis de 14h00 à 15h15

Un temps pour soi, détente,
bien-être et rencontres avec d'autres aidants

*« Merci pour l'activité Gym Douce,
je l'attends avec impatience
chaque semaine. »
Une aidante*

*Reprise le
vendredi 19 septembre 2025*

Prenez du temps pour vous
Séances Gratuites / Réservées aux aidants de PAM73

Lieu :

SAJ
113 Rue Denys Pradelle
73000 CHAMBERY

Inscriptions 2025-2026 :

Mail : pam73@apeichambery.com
Tel : 04-79-85-80-89

PAM73
PLATEFORME AIDANTS MULTISERVICES 73
APEI DE CHAMBERY

En partenariat avec



Acti'forme
Vos particularités - notre cœur de métier