

# Un temps pour soi

CELLULE D'ÉCOUTE ET D'ACCOMPAGNEMENT

confidences

liberté de  
parole

faire le  
point

échanges

bienveillance

respect

partage

individualité



Clara Véron - 07 66 89 68 76 - [cveron@capsport-epi.fr](mailto:cveron@capsport-epi.fr)



/CAP'Sport association

# Prendre soin de soi, c'est aussi considérer son bien-être mental

**Où ?**

Local Infos Santé  
1022 Bd des Belles Portes  
14200 Hérouville-Saint-Clair

**Quand ?**

Le mercredi  
de 9h à 12h

**Comment ?**

Sur prise de  
rendez-vous  
individuel

