

## Atelier : SOPHROLOGIE À SAVIGNAC

### Informations pratiques

#### Les 8 séances

- Se dérouleront les **Vendredis**
- Du **18/09/2026 au 27/11/2026**  
(02, 09 et 16 Octobre ; 06, 13, 20 et 27 Novembre)  
*Et exceptionnellement, une séance pendant les vacances scolaires le Mardi 20 Octobre 2026*
- De **16H00 à 17H45**
- À la **salle de la Mairie ; 12 200 SAVIGNAC**

### Inscriptions

- Avant le **01/10/2026**
- Auprès de **Mr GAUBERT Bernard** au : **06.77.08.14.82**  
ou par mail : **bernard.gaubert5@orange.fr**

### Renseignements complémentaires

- Auprès de la référente territoriale **Mme CAZALENS Laurie** :  
**cazalens.laurie@preva-mpn.com** ou **06 71 39 23 46**

### Site Internet

Tous les éléments d'information sont consultables sur le site :

<https://www.pourbienvieillir.fr/trouver-un-atelier>

**Cet atelier est financé par les caisses de retraite.**



**POUR Bien  
VieILLIR**

**Carsat** Retraite  
& Santé  
au travail  
Midi-Pyrénées

**sa** santé  
famille  
retraite  
services  
Midi-Pyrénées Nord

RETRAITE COMPLÉMENTAIRE  
**agirc-arrco**

**sa** santé  
famille  
retraite  
services  
Midi-Pyrénées Sud