



# Envie de découvrir des activités accessibles aux patients SEP ?

SEP Rhône-Alpes Dauphiné organise les samedis de 10h à 11h,  
des séances adaptées de Sophrologie, Yoga, Qi Gong, APA<sup>(1)</sup>

## Yoga

19 novembre  
11 février  
01 avril  
24 juin

## Qi Gong

10 décembre  
11 mars  
15 avril  
03 juin

## Sophrologie

26 novembre  
21 janvier  
25 mars  
13 mai

## APA<sup>(1)</sup>

14 janvier  
18 février  
18 mars  
08 avril

**Gymnase Ampère, 72 Rue Anatole France, 38100 Grenoble**

<sup>(1)</sup> Activités Physiques Adaptées

**SEP Rhône Alpes,**  
une association Iséroise au  
service des malades atteints de  
**Sclérose En Plaques**

Pour toutes informations complémentaire  
et s'inscrire à l'avance,  
merci de contacter Géraud PAILLOT,  
06.70.97.76.53  
seprhonealpes@yahoo.com