



IKAMBERE

LA MAISON APAISANTE

Vous êtes une **femme** vivant avec un **diabète**, une **obésité** ou une **hypertension artérielle** ?

La Maison apaisante vous propose
un accompagnement individuel, collectif et gratuit.



1, rue Lénine - 94200 Ivry-sur-Seine

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
10h30-12h30	Activité physique	Activité physique	Atelier de cuisine	Cours d'alphabétisation	Atelier de nutrition
12h30-14h	Repas partagé	Repas partagé	Repas partagé	Repas partagé	Repas partagé
14h-16h	Activité physique	Atelier couture	Activité physique	Yoga / Cours d'alphabétisation	Education thérapeutique / Socio-esthétique

Notre centre d'accueil de jour est ouvert du lundi au
vendredi de 9h à 17h et se situe au :

1, rue Lénine
94200 Ivry-sur-Seine

Depuis la rue Lénine,
montez les escaliers
et tournez tout de
suite à droite.

Notre centre est dans
le bâtiment sur
l'esplanade.



Pour toute question, contactez-nous :

01 41 65 94 44
contact@ikambere.com

www.ikambere.com

