

LA PAUSE BIEN-ÊTRE DES AIDANTS



Une fois par mois,
venez participer à :

- Un atelier de musicothérapie avec Alette Barthélemy (musicothérapeute)
- Un atelier de relaxation dynamique avec Sandrine Vivant (naturopathe)

LES VISÉES POUR LES AIDANTS :

- Vivre un moment agréable et ressentir du plaisir
- Se détendre pour se ressourcer
- Favoriser l'expression des émotions

LA PAUSE BIEN-ÊTRE DES AIDANTS



Une fois par mois,
venez participer à :

- Un atelier de musicothérapie avec Alette Barthélemy (musicothérapeute)
- Un atelier de relaxation dynamique avec Sandrine Vivant (naturopathe)

LES VISÉES POUR LES AIDANTS :

- Vivre un moment agréable et ressentir du plaisir
- Se détendre pour se ressourcer
- Favoriser l'expression des émotions

LA PAUSE BIEN-ÊTRE DES AIDANTS



Une fois par mois,
venez participer à :

- Un atelier de musicothérapie avec Alette Barthélemy (musicothérapeute)
- Un atelier de relaxation dynamique avec Sandrine Vivant (naturopathe)

LES VISÉES POUR LES AIDANTS :

- Vivre un moment agréable et ressentir du plaisir
- Se détendre pour se ressourcer
- Favoriser l'expression des émotions



1^{ER} SEMESTRE 2022



Les jeudis de 9h à 10h
ou de 10h10 à 11h10

27 janvier 2022
24 février 2022
17 mars 2022
14 avril 2022
09 juin 2022
07 juillet 2022

Lieu des ateliers :

Maison des Aînés
56 rue du 1er mars 1943
69100 Villeurbanne
(Métro A : arrêt Flachet)

S'inscrire auprès de
Florine Aubry
Tél : 04 78 68 65 63
ou Mail :
florine.aubry@ovpar.fr

Adhésion annuelle :
13€/an pour les
Villeurbannais
18€ pour les
non-Villeurbannais



1^{ER} SEMESTRE 2022



Les jeudis de 9h à 10h
ou de 10h10 à 11h10

27 janvier 2022
24 février 2022
17 mars 2022
14 avril 2022
09 juin 2022
07 juillet 2022

Lieu des ateliers :

Maison des Aînés
56 rue du 1er mars 1943
69100 Villeurbanne
(Métro A : arrêt Flachet)

S'inscrire auprès de
Florine Aubry
Tél : 04 78 68 65 63
ou Mail :
florine.aubry@ovpar.fr

Adhésion annuelle :
13€/an pour les
Villeurbannais
18€ pour les
non-Villeurbannais



1^{ER} SEMESTRE 2022



Les jeudis de 9h à 10h
ou de 10h10 à 11h10

27 janvier 2022
24 février 2022
17 mars 2022
14 avril 2022
09 juin 2022
07 juillet 2022

Lieu des ateliers :

Maison des Aînés
56 rue du 1er mars 1943
69100 Villeurbanne
(Métro A : arrêt Flachet)

S'inscrire auprès de
Florine Aubry
Tél : 04 78 68 65 63
ou Mail :
florine.aubry@ovpar.fr

Adhésion annuelle :
13€/an pour les
Villeurbannais
18€ pour les
non-Villeurbannais

