LA PAUSE BIEN-ÊTRE DES AIDANTS

Une fois par mois, venez participer à :

- Un atelier de musicothérapie avec Aliette 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 Aliette 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 Aliette 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







1ER **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



des Personnes Agées et des Retraités

1ER **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



1ER **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

