

# 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





## 2e SEMESTRE 2022



Les jeudis de 9h15 à 10h15  
ou de 10h30 à 11h30

15 septembre 2022  
13 octobre 2022  
3 novembre 2022  
15 décembre 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 :  
15€/an pour les  
Villeurbannais  
20€ pour les  
non-Villeurbannais



## 2e SEMESTRE 2022

Les jeudis de 9h15 à 10h15  
ou de 10h30 à 11h30

15 septembre 2022  
13 octobre 2022  
3 novembre 2022  
15 décembre 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 :  
15€/an pour les  
Villeurbannais  
20€ pour les  
non-Villeurbannais



## 2e SEMESTRE 2022

Les jeudis de 9h15 à 10h15  
ou de 10h30 à 11h30

15 septembre 2022  
13 octobre 2022  
3 novembre 2022  
15 décembre 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 :  
15€/an pour les  
Villeurbannais  
20€ pour les  
non-Villeurbannais

