

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





1er SEMESTRE 2023

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



12 janvier 2023
2 février 2023
9 mars 2023
27 avril 2023
25 mai 2023
15 juin 2023

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



1er SEMESTRE 2023

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



12 janvier 2023
2 février 2023
9 mars 2023
27 avril 2023
25 mai 2023
15 juin 2023

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



1er SEMESTRE 2023

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



12 janvier 2023
2 février 2023
9 mars 2023
27 avril 2023
25 mai 2023
15 juin 2023

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

