

VENEZ DÉCOUVRIR DES ATELIERS
D'EXPLORATION CORPORELLE:
DE LA JOIE ET DU JEU A TRAVERS SON COPRS

ARLANC

Tous les mardis du
16 septembre 2025
jusqu'au
4 novembre 2025
de 9h à 11h

GRATUIT

A partir de
60 ans

RESPIRATION

BIEN-ÊTRE

DÉTENTE

ÉNERGIE

**RELÂCHEMENT
DES TENSIONS**



Prévenir la perte d'autonomie et l'isolement des séniors

« Tout ce qui ne s'exprime pas, s'imprime dans le corps ».

Offrez-vous un temps pour :

- Vous entendre respirer
- Percevoir votre corps avec affection
- Apprivoiser vos sensations corporelles

**ACTIVITÉS GRATUITES
SUR INSCRIPTION AUPRÈS
DU CLIC D'AMBERT
AU 04.73.82.96.67**

