



CET ÉTÉ, VOUS AUREZ D'AUTRES FAÇONS DE SORTIR DU CADRE.

ATELIERS AIDANTS-AIDÉS

ÉTÉ 2026

Vendredi 17 juillet 14h30 à 15h30 Initiation à l'Ikebana

Venez créer des compositions florales avec des éléments de la nature.

Mardi 21 juillet 14h30 à 15h30 Sensibilisation à la relaxation guidée

Prenez du temps pour vous détendre et profiter du moment présent.

Vendredi 24 juillet 14h30 à 15h30 Initiation à un atelier théâtre

Venez découvrir le plaisir du jeu et de la création.

Mardi 25 août 14h30 à 15h30 Gym du cerveau

Comment stimuler notre cerveau en bougeant ?

Vendredi 28 août 14h30 à 15h30 Initiation au yoga du rire ou rigologie

Venez lâcher prise et vous détendre en riant.

Ces ateliers sont des moments privilégiés de convivialité, des instants propices au partage, loin des obligations habituelles, une possibilité de découvrir ou redécouvrir son proche autrement, partager autre chose que les contraintes du quotidien...



Tous les ateliers auront lieu à
Place des aidants
19 rue de la Mairie
44 690 MAISON-SUR-SÈVRE

Ateliers gratuits et sur inscription

auprès de Place des aidants par e-mail
placedesaidants@fede44.admr.org
ou par téléphone **02 40 97 18 42**

