

# Vous aidez un proche accompagné par l'Apei Centre Alsace ?

## Ces ateliers sont pour vous !

Atelier de détente musicale

### Atelier corps en éveil

Atelier de pratiques artistiques  
Café des aidants



Et si je parlais en **voyage à travers mon corps**  
en mouvement et par le toucher ? Si je trouvais du **confort**  
dans ma posture, de la **détente musculaire et psychique**

**Quand ?** Il est préférable de participer à toutes les séances afin de bénéficier d'un apport continu de la pratique. Les ateliers ont lieu les mercredis 27/10, 10/11, 24/11 et 15/12, de 12h15 à 13h30. Limité à 8 personnes. *Le planning 2022 sera diffusé ultérieurement.*

**Où ?** A la Maison des Aînés et des Aidants et du Handicap, 16 B place du Marché-aux-Choux, à Sélestat.

**Avec qui ?** Mathilde Lecomble, psychologue à l'Apei Centre Alsace, éducatrice somatique certifiée par la School of Body-Mind Centering®.

**Combien ?** L'atelier est gratuit. Il suffit de s'inscrire auprès de : Mathilde Lecomble, 06 20 49 36 51 / m.lecomble@apeicentrealssace.fr

# Bulletin d'inscription

**Prénom** ..... **Nom** .....

**Téléphone** ..... | ..... | ..... | ..... | .....

(nous permettra de vous prévenir en cas de changement d'horaire ou de lieu)

**Adresse mail** .....

(optionnel)

**Nom de la personne accompagnée par l'Apei Centre Alsace**

souhaite m'inscrire à l'**Atelier corps en éveil**

Première séance le **mercredi 27 octobre** de 12h15 à 13h30.

J'envoie ce bulletin d'inscription par courrier à :

Mathilde Lecomble

L'Ancienne Cour

14 place du Marché aux Choux

67600 Sélestat

ou je téléphone à Mathilde Lecomble au :

06 20 49 36 51

ou j'envoie ces informations par courriel à :

m.lecomble@apeicentrealssace.fr