

# 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 j'essayais ? Et si je m'offrais un moment  
de **relaxation musicale**, du **temps pour moi**,  
pour me **détendre** et me **ressourcer**...

**Quand ?** Une fois ou à chaque fois... A vous de choisir ! Les ateliers ont lieu le mardi 2/11, et les lundis 15/11, 29/11 et 13/12, de 17h30 à 19h. Groupes limités à 10 personnes. *Le planning 2022 sera diffusé ultérieurement*

**Où ?** Au Châtaignier, 13 rue des Moulins, à Châtenois.

**Avec qui ?** Nadine Schmitt, musicothérapeute à l'Apei Centre Alsace.

**Combien ?** L'atelier est gratuit. Il suffit de renvoyer le bulletin d'inscription que vous trouverez au dos à :

Secrétariat / Le Châtaignier / 13 rue des Moulins / 67730 Châtenois  
ou d'écrire avec toutes les informations à [aidants@apeicentrealsoce.fr](mailto:aidants@apeicentrealsoce.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 de détente musicale**

Je m'inscris pour les ateliers du :

- mardi 2 novembre
- mardi 15 novembre
- mardi 29 novembre
- lundi 13 décembre

S'il reste de la place, je pourrai aussi m'inscrire directement à chaque atelier pour le suivant.

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

Secrétariat  
Le Châtaignier  
13 rue des Moulins  
67730 Châtenois

ou j'envoie toutes les informations par courriel à :

[aidants@apeicentrealssace.fr](mailto:aidants@apeicentrealssace.fr)