

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

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@apeicentrealrance.fr