

Toutes nos actions sont conçues, soutenues et financées par



Atelier

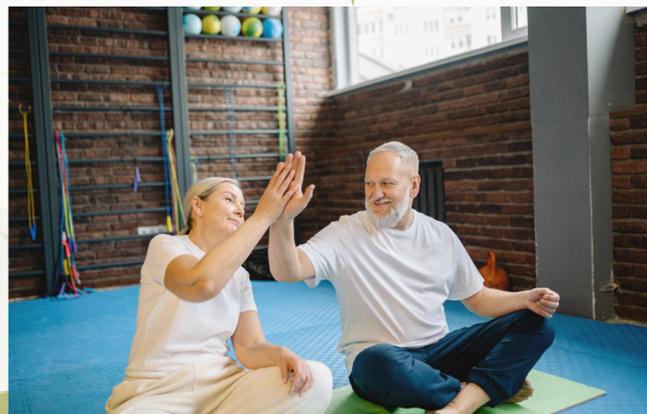
Éclats d'Art et de Rires

Animé par **Catherine CROHIN** Sophrologue, Association "Rire Eveil Vitalité"
Barbara THYES Consultante éducative et sociale, Art thérapeute
et en partenariat avec **MSA Services**.

★ Atelier **GRATUIT**, dès 60 ans ★



Art thérapie



Yoga du Rire

" BEGUINAGE DU SOLEIL "

PERPIGNAN

A partir du **Mardi 09 Septembre 2025**
de **14h30 à 16h30**

14, rue de Villelongue Dels Monts
66100 Perpignan

Inscriptions et renseignements

06.74.79.46.08

Avec le concours financier de la CFPPA des Pyrénées-Orientales

Toutes nos actions sont conçues, soutenues et financées par



Atelier

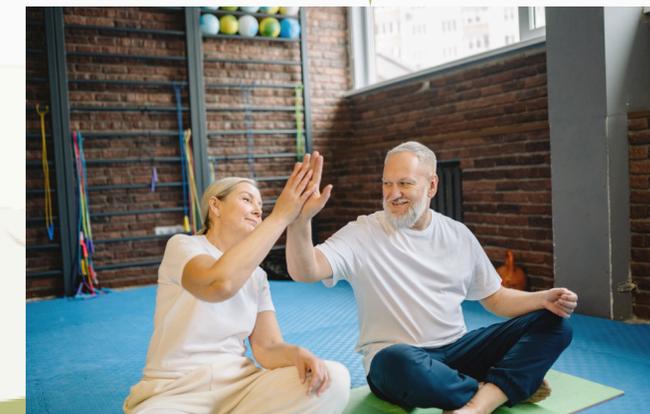
Éclats d'Art et de Rires

Animé par **Catherine CROHIN** Sophrologue, Association "Rire Eveil Vitalité"
Barbara THYES Consultante éducative et sociale, Art thérapeute
et en partenariat avec **MSA Services**.

★ Atelier **GRATUIT**, dès 60 ans ★



Art thérapie



Yoga du Rire

" BEGUINAGE DU SOLEIL "

PERPIGNAN

A partir du **Mardi 09 Septembre 2025**
de **14h30 à 16h30**

14, rue de Villelongue Dels Monts
66100 Perpignan

Inscriptions et renseignements

06.74.79.46.08

Avec le concours financier de la CFPPA des Pyrénées-Orientales



Programme

.....

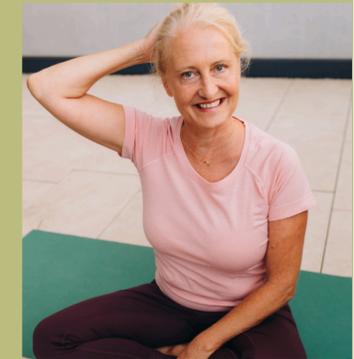
5 séances de 2 heures
de 14h30 à 16h30



Programme

.....

5 séances de 2 heures
de 14h30 à 16h30



Inscriptions et renseignements

06.74.79.46.08

A Chaque séance, il sera proposé de découvrir :

- différentes formes d'Art-Thérapie : Peinture et Dessin, Sculpture et Modelage, Art-Thérapie Musical, Danse et Mouvement Créatif, Art-Thérapie Narrative
- le Yoga du Rire : Exercices de lâcher-prise, éveil du corps, étirements doux, stretching, exercices de respiration profonde, exercices de rires...

Les séances seront adaptées en fonction de l'âge, de la mobilité et de la santé du groupe, dans un cadre bienveillant et sécurisant.

Ne pas jeter sur la voie publique

Atelier n°1
Mardi 9 Septembre

Atelier n°2
Mardi 16 Septembre

Atelier n°3
Mardi 23 Septembre

Atelier n°4
Mardi 30 Septembre

Atelier n°5
Mardi 07 Octobre

Chaque participant s'engage à suivre le cycle complet

Inscriptions et renseignements

06.74.79.46.08

A Chaque séance, il sera proposé de découvrir :

- différentes formes d'Art-Thérapie : Peinture et Dessin, Sculpture et Modelage, Art-Thérapie Musical, Danse et Mouvement Créatif, Art-Thérapie Narrative
- le Yoga du Rire : Exercices de lâcher-prise, éveil du corps, étirements doux, stretching, exercices de respiration profonde, exercices de rires...

Les séances seront adaptées en fonction de l'âge, de la mobilité et de la santé du groupe, dans un cadre bienveillant et sécurisant.

Ne pas jeter sur la voie publique

Atelier n°1
Mardi 9 Septembre

Atelier n°2
Mardi 16 Septembre

Atelier n°3
Mardi 23 Septembre

Atelier n°4
Mardi 30 Septembre

Atelier n°5
Mardi 07 Octobre

Chaque participant s'engage à suivre le cycle complet