



Atelier Sophrologie

Prenez le temps de vous faire du bien

*Respiration - mobilisation
du corps - visualisation positive*

Séances collectives
(deux jeudis par mois)

**Mairie de
Sérézín-du-Rhône**

Premier atelier :

jeudi **7** sept. 2023
à **14h**

Animées par Marie Céline Degoué,
Sophrologue certifié

Gratuit sur réservation

Le transport peut être assuré
par l'association

Pour tout renseignement,
n'hésitez pas à nous contacter

A I S P A



04 78 96 72 38
contact@aispa.fr
www.aispa.fr

L'AISPA remercie pour leur implication les mairies de
Chaponnay / Communay / Marennes
Saint-Symphorien-d'Ozon / Saint-Pierre-de-Chandieu
Sérézín-du-Rhône / Simandres / Ternay / Toussieu
La Conférence des Financeurs et le Département



Création & impression
Mâcon - 03 85 20 20 20 **IMPRIM'VERT***



Atelier Yoga du Rire

*Bonne humeur pour une Bonne santé
Joie de vivre - lien social facile - amélioration
du sommeil - renforcement immunitaire*

Séances collectives
(deux jeudis par mois)

**Maison
des associations
de MARENNES**

Premier atelier :

jeudi **14** sept. 2023
à **14h**

Animées par Solange Casini,
coach du bonheur

Gratuit sur réservation

Le transport peut être assuré
par l'association

Pour tout renseignement,
n'hésitez pas à nous contacter

A I S P A



04 78 96 72 38
contact@aispa.fr
www.aispa.fr

L'AISPA remercie pour leur implication les mairies de
Chaponnay / Communay / Marennes
Saint-Symphorien-d'Ozon / Saint-Pierre-de-Chandieu
Sérézín-du-Rhône / Simandres / Ternay / Toussieu
La Conférence des Financeurs et le Département



Création & impression
Mâcon - 03 85 20 20 20 **IMPRIM'VERT***