



Corps & Voix en Mouvement

Un souffle pour deux

Cycle gratuit sur inscription
de 4 ou 8 séances

pour les aidants et leurs
proches aidés



Pour qui ?



Aidants accompagnant un
proche adulte en situation de
handicap ou de perte
d'autonomie



Personnes aidées adultes
(+ de 60 ans prioritaires)



Accessible aux personnes
en fauteuil roulant



Groupe limité
à 6 binômes



Les bienfaits



Diminuer les tensions
et le stress



Retrouver énergie
et vitalité



Développer la conscience
du corps et du souffle



Favoriser l'expression
et la communication



Partager un moment
convivial et bienveillant



Animé par

Tiphaine Sacré

Orthophoniste diplômée d'État et
animatrice d'ateliers de danse

Une approche originale alliant
santé, mouvement, respiration,
voix et expression corporelle au
service de votre
bien-être.



Informations pratiques



Les jeudis de 14h à 15h30
4 ou 8 séances



• 24/09	• 05/11
• 01/10	• 12/11
• 08/10	• 19/11
• 15/10	• 26/11



1658 Chemin des Ecuets,
01340 Attignat ·



Sur inscription :
prochesaidants@adapa01.com
04 74 45 51 70

Inscription atelier Corps et Voix en
mouvement

