



# SENIORS

À ATHIS-MONS

# 15

'ZAINE  
**DE LA SANTÉ**

**GRATUIT**  
INSCRIPTION  
OBLIGATOIRE

## LES ATELIERS DU MIEUX ÊTRE

- ▶ L'association « Visionaturel » vous accueillera lors de la quinzaine santé afin de vous faire découvrir des pratiques du « mieux-être » qui favorisent une meilleure santé du corps et de l'esprit.
- ▶ Les praticiens mettront en place des ateliers collectifs de relaxation et des séances « découverte » individuelles de 20 minutes de pratiques comme : la réflexologie, l'aromathérapie, les bols tibétains, etc.
- ▶ Des coins « ressources du mieux-être » et « cercle du partage » vous permettront d'échanger autour d'un café ou d'un thé sur les pratiques et expériences vécues.
- ▶ Ces ateliers sont proposés aux seniors et aux personnes à mobilité réduite.
- ▶ Vendredi 23 nov. de 14h à 17h salle Evelyne Leroy, inscription jusqu'au 19/11
- ▶ Jeudi 29 nov. de 14h à 17h résidence Jean Rostand, inscription jusqu'au 26/11

## ATELIERS ET JEUX AUTOUR DE LA COMMUNICATION BIENVEILLANTE :

Une psychopédagogue également praticien du mieux-être, vous proposera lors de cet atelier des jeux qui vous permettront de découvrir, pratiquer et ressentir les effets d'une communication positive. Inscription jusqu'au lundi 4/12.

**Vendredi 7 décembre :**

de 15h à 16h (*ateliers et jeux*) de 17h30 à 18h30 (*conférence*)

Lieu : Médiathèque Simone de Beauvoir

45, rue G. Anthonioz-de-Gaulle, Athis-Mons

CONTACT PÔLE SOCIAL / SENIORS  
**au 01 69 57 83 99**

**PLUS D'INFOS SUR**  
[www.mairie-athis-mons.fr](http://www.mairie-athis-mons.fr)



Ville d'Athis-Mons

# COUPON - RÉPONSE

- ▶ **PÔLE SOCIAL - CCAS / SENIORS** 1, rue Aristide-Briand – 01 69 57 83 99
- ▶ **RELAIS DE SERVICES PUBLICS** 11, rue des Froides Bouillies  
01 69 43 28 61 ou 01 69 43 29 25
- ▶ **Courriel** : pole.social@mairie-athis-mons.fr



Nom : ..... Prénom : .....

Nom : ..... Prénom : .....

N° : ..... Rue : .....

Tél. : ..... Courriel : .....

Lors des différentes activités proposées par le Pôle Social - CCAS/ SENIORS, des photos et vidéos sont susceptibles d'être prises. Conformément aux dispositions relatives au droit à l'image et au droit de nom,

- J'autorise** la Mairie d'Athis-Mons (*ou tout prestataire commandité*)
- Je n'autorise pas** la Mairie d'Athis-Mons (*ou tout prestataire commandité*)

à me photographier ou me filmer et à diffuser les photographies prises dans les supports de communication de la Ville (*journal municipal, guides, site internet, facebook...*)



- Je souhaite m'inscrire à l'atelier du « mieux-être » du vendredi 23 novembre à la salle Evelyne Leroy
- Je souhaite m'inscrire à l'atelier du « mieux-être » du jeudi 29 novembre à la Résidence Jean Rostand
- Je souhaite m'inscrire à l'atelier de jeux de communication bienveillante du vendredi 7 décembre à la Médiathèque Simone de Beauvoir
- Je souhaite m'inscrire à la conférence sur « La communication bienveillante » du vendredi 7 décembre à la Médiathèque Simone de Beauvoir