

# Je me ressource !

Ateliers animés par  
Josiane GONARD,  
de l'association  
Vers l'Essentiel

*Venez partager une  
expérience de détente,  
d'instant à soi,  
pour être mieux  
et vivre mieux...*



Réalisation : service communication - Février 2019

## Ateliers gratuits

A l'Arche, 79 av. de la République

- Vendredi 22 mars  
de 13h30 à 16h
- Jeudi 18 avril  
de 9h15 à 11h45
- Mercredi 12 juin  
de 19h30 à 22h
- Mardi 17 septembre  
de 9h15 à 11h45
- Samedi 5 octobre  
de 13h30 à 16h

A L'ilyade

- Samedi 23 novembre  
de 13h30 à 16h

Organisés par les services Développement social  
et Personnes âgées.

Renseignements, Tél. 04 38 12 38 62.

**STP**  
seyssinet  
pariset

**L'ARCHE**  
Maison des Initiatives  
et du Développement Social

