



SOUTIEN PSYCHOLOGIQUE INDIVIDUEL

Sabine Plennevaux, psychologue clinicienne, donne des consultations, sur rendez-vous, à domicile ou à l'EHPAD Guy Malé.

❖ ART-THERAPIE

MARDI 5 MAI de 14h30 à 16h30

Thème : Boîte à ressentis, boîte à possibles

Lors de cet atelier, nous vous invitons à créer une boîte symbolique : un espace pour accueil et déposer vos émotions difficiles mais aussi pour faire une place à ce que vous souhaitez profondément cultiver dans votre vie.

Animatrices : Claire Joncret et Sabine Plennevaux, psychologues

Lieu : **Centre Hospitalier** (à côté du lycée), route de Catllar, Prades, sur inscription.

❖ ATELIER MEMOIRE

LUNDI 11 MAI de 14h30 à 15h30

Il s'agit d'un atelier « **Rire, mémoire, mouvement** » - Stimulation simultanée du corps et du cerveau. Animatrice : Sabine PINSAN, Animatrice sociale. Lieu : **Centre Hospitalier** (à côté du lycée), route de Catllar, Prades, sur inscription.

❖ JOURNAL CREATIF

LUNDI 18 MAI de 14h30 à 16h30

Animatrice : Monica Lafitte, masseuse-kinésithérapeute et accompagnatrice bien-être.

Lieu : **Centre Hospitalier** (à côté du lycée), route de Catllar, Prades, sur inscription.

❖ BISTROT DES AIDANTS

JEUDI 28 MAI de 15h00 à 16h30

Chez Cake and co - sur inscription.



SOUTIEN PSYCHOLOGIQUE INDIVIDUEL

Sabine Plennevaux, psychologue clinicienne, donne des consultations, sur rendez-vous, à domicile ou à l'EHPAD Guy Malé.

❖ ATELIER "CLOWN »

LUNDI 1^{ER} JUIN de 15H00 à 17h00

« *A la rencontre de son propre Clown* » : Ce n'est pas faire le clown mais laisser surgir ce personnage qui est en nous et le faire vivre. C'est s'embarquer pour une aventure personnelle, créative qui met en jeu toutes les richesses de nos émotions.

Animatrice : Claire DUBREUIL, Enseignante « Clown » depuis plus de 20 ans.

Tenue souple préconisée - Si possible, amener un tapis de sol pour la relaxation

Lieu : **Centre Hospitalier** (à côté du lycée), route de Catllar, Prades, sur inscription.

❖ « Du son pour soi » MUSICOTHERAPIE

JEUDI 15 JUIN de 14h30 à 16h00

Animatrice : Kym Critchell, musicothérapeute, « Du son pour soi ».

Lieu : **Centre Hospitalier** (à côté du lycée), route de Catllar, Prades, sur inscription.

❖ ATELIER FLORAL

MERCREDI 24 JUIN de 9H30 à 11H30

Thème : Création florale.

Animatrices : Lili de la Ferme florale , Sabine Plennevaux, psychologue

Lieu : **Centre Hospitalier** (à côté du lycée), route de Catllar, Prades, sur inscription.

❖ BISTROT DES AIDANTS A LA MER

LUNDI 29 JUIN de 10 à 14h00

Les ateliers se réalisent tous SUR INSCRIPTION et sont GRATUITS

Tél : **04 30 45 80 63** (Possibilité de laisser un message vocal)

CHI GONG Tous les jeudis à 14h30 – Hors vacances scolaires

Lieu : Salle Kitsingen du complexe sportif - Plaine St-Martin à PRADES.

Inscription: contacter M. JACQUEMIN de l'Association CEPERTS : 06.45.50.42.93