



Ateliers Zentangle

"Retour au calme"

5 €/adulte/atelier
10 places

Le zentangle est une pratique créative de relaxation mentale accessible à tous, facile à utiliser au quotidien.

Les bénéfiques

- Concentration sur l'instant présent
- Développement de la créativité...

Le contenu

- La pratique de base du zentangle
- L'exploration des motifs
- L'utilisation de la couleur...

Animés par Perrine BAUDIMONT d'Happy'morphic

Matériel fourni

Un transport sera organisé sur demande

Renseignements & inscriptions Isabelle Verdié
referent.famille@solidavie.com

07 63 67 54 43

La Passerelle
20 h 00 - 21 h 30

Mardi 25 février

Lundi 28 avril

Jeudi 5 juin

Maison de quartier
Agora

15 h 00 - 16 h 30

Vendredi 7 mars

Vendredi 16 mai