

ATELIERS DE MUSICOTHÉRAPIE



**Un temps pour
s'écouter, écouter
et être écouté**

Vous êtes aidant d'un proche en situation de handicap. Venez profiter d'un moment de répit et de bien-être en famille (la fratrie est la bienvenue), une parenthèse dans votre quotidien grâce aux ateliers de musicothérapie.

Accessibles à tous, ces ateliers vous permettront de découvrir des activités en lien avec la **musique** et adaptées à vos besoins :

expression vocale, expression corporelle, relaxation, etc.

Les objectifs ? Vous apporter du **répit**, du **bien-être**, permettre un échange en famille dans une **atmosphère bienveillante et ludique**, stimuler la **créativité** de chacun...



Dates des ateliers

- Samedi 19 septembre 2026
- Samedi 17 octobre 2026
- Samedi 21 novembre 2026
- Samedi 12 décembre 2026

de 10h à 11h30



dans les locaux d'« Art et Soins »
76 avenue du Président Auriol
03100 MONTLUÇON



Renseignements et inscription (obligatoire)
auprès de la plateforme « Bulles d'R »
au 0 805 03 06 09 (numéro gratuit) ou par
mail aidants03@udaf03.fr

Ateliers animés par Emmanuelle
BARSSE, musicothérapeute

