



UN ATELIER POUR LES AIDANTS

Gratuit



VENDREDI 8 MARS

De 14h30 à 16h30

A la maison du territoire à Voiron

33 avenue François Mitterrand

DECOUVERTE DU QI GONG

Atelier animé par un enseignant en Qi Gong et
Laurent Gounou de la MAIA Bièvre Voironnais Chartreuse



Prendre soin de son corps et prendre soin de soi !

Venez découvrir ou approfondir une pratique de bien-être visant à réunifier le corps, le souffle et l'esprit.

Un moment de bien-être et de partage entre aidants !

Pour des renseignements ou pour s'inscrire, merci de contacter :

Alexis LANOOTE – service Prévention Promotion de la santé de la Mutualité française Auvergne-Rhône-Alpes

Par téléphone : 04 75 80 59 60 – 06 24 69 48 25 / Par mail : a.lanoote@mfara.fr
