

ATELIER MANDALAS

Pour se recentrer et développer sa créativité

Bugatti - 70 Bd Roosevelt - 4e étage milieu

**Chaque 3e mardi du mois 9 h à 11 h
à compter du 15 OCTOBRE**



Les coloriages pour adultes sont la nouvelle tendance de bien des femmes et hommes afin d'évacuer le stress, s'évader ailleurs, décompresser, s'amuser... bref le coloriage pour adulte procure de nombreux avantages et bienfaits pour la santé.

Les divers coloriages et dessins pour adulte nous force à non seulement se concentrer mais aussi de se débarrasser des tracas quotidiens.

Outre le fait de ralentir le développement de la maladie d'Alzheimer, d'éliminer le stress, d'augmenter la créativité de l'adulte, réguler les battements de cœur, maintenir la mobilité fine des membres supérieurs, favoriser le développement des deux hémisphères du cerveau, cette agréable activité vous permet de vous retrouver durant deux heures, dans un environnement musical et artistique, propice à la détente.

..... **Inscription chez Sonia par téléphone, sms ou mail**

PAS DE MESSAGE VOCAL - Merci

MANDALAS

M. et/ou Mme **participera(ront) à cet atelier**

SESSION 2019/2020 - 9 séances **40 € X** = €

Je remettrai le chèque lors du premier atelier