



JEUDI 14 DEC

9

*Déjeuner-croisière sur le bateau Hermès* ; RV : 16 quai Claude Bernard, Lyon 7<sup>e</sup> à **12h**

Prix 59 € (par chèque)

Responsable : Simone 06 81 37 25 19

**MARDI 9 JANVIER 2024**

**REUNION TRIMESTRIELLE et tirage des Rois à 14 h**  
à l'Espace Jean Poperen

### COURS

**Yoga** : tous les **JEUDIS**, sauf vacances scolaires ; au Complexe l'Octogone - 139 rue de la République à Meyzieu, de **9 h à 10 h 30** ; à partir du **jeudi 5 octobre**.

Prix 210 € (payable en 3 chq de 70 €)

Responsable : Lucette 04 78 31 48 74/0660797235

**Sophrologie** : *une pause bien-être grâce aux exercices de sophrologie* ; prendre conscience de ses propres ressources que sont le corps, la respiration, le mental, les émotions et sensations pour améliorer la présence au quotidien ; avec Géraldine Sanchez, Sophrologue ; tous les **MARDIS MATINS** sauf vacances scolaires de **10 h 30 à 12 h** à la Maison des Associations, Salle 4 à partir du mardi 3 octobre

Prix : 270 € (payable en 3 chq de 90 €) **Responsable : Simone 06 81 37 25 19**

### ATELIERS

**Atelier Théâtre** : avec Bernard Perrier, à **13 h 50** à la Maison des Associations, salle 4

groupe Simone : les **LUNDIS 2, 16 oct. ; 13 (salle2), 27 nov. ; 11 déc. ; 8 janv**

Prix 75 € (3 chq de 25 €)

**Responsable : Simone 06 81 37 25 19**

groupe Marie-Hélène : les **LUNDIS 9 oct (salle2) ; 6, 20 nov ; 4, 18 déc. ; 15 janv.....**

Prix 75 € (3 chq de 25 €)

**Responsable : Marie-Hélène 06 17 49 20 88**

**Atelier Ecriture**, avec Martine Elabi ; à **13 h 50** à la Maison des Associations, salle 3 ; les **LUNDIS 2, 16 oct. ; 6, 20 nov. ; 4, 18 déc. ; janv.....**

Prix 90 € (3 chq de 30 €)

**Responsable : Marie-Hélène 06 17 49 20 88**

**Atelier Lecture**, les **MARDIS 3 oct. ; 7 nov. ; 5 déc. ; janv.....** ; à **13 h 50** à la Maison des Associations, Salle 3 ou 2 ?

Gratuit

**Responsable : Anny 06 33 24 49 38**

**Atelier Peinture**, les **MARDIS 3, 17 oct. ; 7, 21 nov. ; 5, 9 déc. ; ...** à **13 h 50** à la Maison des Associations, Salle 4

Prix 180 € (3 chq de 60 €)

**Responsable : Marie-Hélène 06 17 49 20 88**

**En cas d'absence, aucun remboursement ne peut être pratiqué en raison des réservations des guides faites à l'avance.**

**Les activités proposées n'auront lieu que si le nombre de participantes est suffisant.**

**S'inscrire impérativement auprès des responsables pour toutes les activités, même gratuites.**