

SORTIE DE REPIT pour les AIDANTS

Voyage sonore à la campagne



Cher.es aidant.es

C'est avec un grand plaisir que nous vous invitons à **un voyage sonore** rythmé par le gong des bols tibétains et de la voix enchanteresse d'Estelle Sodi – chanteuse & musicothérapeute.

Cette sortie se déroulera au choix* les

Lundi 20 ou mardi 21 septembre de 12h00 à 16h00

Association Les petits frères des Pauvres – Maison le Manier

5 impasse le Manier 13012 Marseille

**deux dates sont proposées afin de garantir la participation au plus grand nombre*

12h00 Déjeuner sur place : le chef de la Maison du Manier nous concoctera ses bons petits plats comme à son habitude. Nous partagerons un moment convivial.

14h00 Voyage sonore : Assis ou allongé sur le sol, vous serez plongé dans un bain sonore et vibratoire qui vous portera selon votre ressenti du moment, dans un état de profonde relaxation, un lâcher-prise.



Inscription :

Les places étant limitées nous vous demandons de vous inscrire à l'une de ces deux dates. L'inscription est obligatoire. Contactez-nous dès à présent au 04.91.70.76.53. OU 06.50.38.52.43.

A la date limite d'inscription (le 08/09/2021) vous serez informé de la validation ou non de votre participation à cette journée.

Coût : 10€/personne :

Si votre participation est confirmée, il vous faudra adresser le règlement par courrier postal à l'adresse suivante : « Association A3, Hôpital Ste Marguerite, 270 Av. de Ste Marguerite, Pavillon 2 – Rdc, 13009 Marseille ».

Accès :

En voiture : un parking est à votre disposition

En bus : A la station de Métro « La Fourragère », Prendre le Bus N°9 en Direction de Saint Julien et s'arrêter à l'arrêt « Kaddouz Mazarade ».

L'impasse Le Manier est à deux pas de l'arrêt de bus.