

# Pusey

## Des ateliers pour se détendre


La méthode Feldenkrais a pour objet de développer l'aisance du mouvement pour un mieux-être au quotidien et un meilleur usage de soi.

Ainsi, en plus des cours hebdomadaires du mercredi de 18 h à 19 h 30, l'Association Détente Pusey propose, une série d'ateliers sur le thème « S'habiter autre-

ment ». Ils seront animés par Loïc Deschamps. Le premier atelier, ouvert à tous, intitulé « centré (e) », aura lieu le samedi 18 octobre de 9 h à 12 h, à la Maison des associations, rue du Breuil (parking derrière la mairie ou près du stade).

Les autres ateliers auront lieu les samedis 20 décembre, 14 février et 18 avril.

Participation financière de 30 € par séance pour les personnes extérieures à l'association, 10 € pour les adhérents de l'association et gratuite pour les pratiquants Feldenkrais.

 *Contact : Bernadette Guillaume*  
tél. 03.84.76.49.29 ou  
[sergeguillaume0662@orange.fr](mailto:sergeguillaume0662@orange.fr)