



## MARS 2025

- **Les 12 et 26 mars - 14h30 :**

Venez libérer votre imaginaire dans le cadre d'un atelier d'arts plastiques en compagnie des artistes Laurence Mercuzot et Béatrice Tupinier.

- **Jeudi 13 mars - 14h30 :**

Venez libérer votre expression dans le cadre d'un atelier d'écriture en compagnie de Laurence Mercuzot et Marguerite Bertrand.

- **Vendredi 14 mars - 14h30 :**

Atelier de Danse - Peinture ou "comment pratiquer l'une et après l'autre" accompagné par Chantal Biver et Martial Jacquin tout deux art -thérapeutes et chercheurs de petits moments de bonheur à vivre et partager.

- **Les 18 et 28 mars - 14h30 :**

Venez découvrir des recettes culinaires et participer à l'élaboration de la carte de la « bistroterie » de L'Hostellerie en compagnie de l'association Les Embarqués (Adhésion annuelle aux Embarqués 5€).

- **Mercredi 19 mars - 14h30 :**

Atelier d'expressions sonores avec l'artiste Valérie Guagliardo. Une bulle d'air récréative où le corps, la voix et l'objet sonore, rentrent en résonance pour s'accorder au rythme de chacun.

## INFOS ET INSCRIPTIONS :

[Itineraressinguliers@gmail.com](mailto:Itineraressinguliers@gmail.com) / 06 42 22 36 44 (appel ou sms)