

# Danse "lâcher prise" et bien être

Samedi 25 octobre, dès 14h30

**Samedi 25 octobre, dès 14h30**, dans le cadre des ateliers de sensibilisations aux handicaps, participez à un moment complice et ressourçant, où chacun se reconnecte à son corps et à ses émotions à travers le mouvement.



Dans le cadre des ateliers de sensibilisation aux handicaps, cet atelier propose une approche inclusive et bienveillante pour favoriser le lâcher-prise, la relaxation et l'expression corporelle, accessible à tous.

Cet atelier est animé par Adama, intervenante pleine d'énergie chaleureuse et communicative. Elle vous invite à explorer, par la danse et le mouvement, un espace de liberté, de créativité et de lien.

- Bouger en toute liberté
- Célébrer les différences à travers le mouvement

## Coordonnées

Estaminet Café  
Place du 19 mars 1962  
78 114  
Magny les Hameaux  
Infos pratiques

Estaminet Café

Gratuit

Inscriptions obligatoires à l'accueil du Centre Social

Contact

Centre Social Albert Schweitzer

Place du 19 mars 1962

01 30 52 22 00

[centre.social@magny-les-hameaux.fr](mailto:centre.social@magny-les-hameaux.fr)