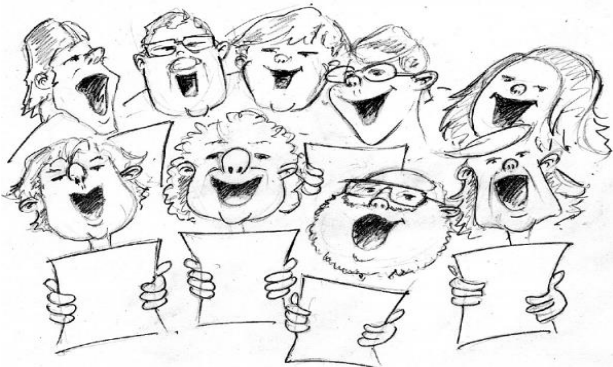


Vous aimez chanter?

Vous aimeriez créer de nouveaux liens en plus de découvrir une autre méthode de gestion de stress?

Si c'est le cas et que vous êtes âgé de 50 ans et plus,
participez à un **Atelier de chant choral**

animé par Madame Nathalie Dumont, professeure de chant et d'eutonie,
qui se tiendra les mercredis de 13 h 15 à 14 h 45
au Centre de santé MPSV, du 16 janvier au 1 mai 2019.



Venez découvrir le **plaisir de chanter en groupe** à travers un **répertoire facile et varié**. Vous expérimenterez l'**eutonie** : une pratique corporelle qui favorise **l'utilisation judicieuse du corps** en chant. Nul besoin de savoir lire la musique, encore moins de

**Pour vous inscrire, contactez madame Stéphanie Rolland
au 418-842-6255, poste 1209, au plus tard le 21 décembre
2018.**

Coût : 20 \$ membres de la Nation HW, 30 \$ non membres de la Nation HW

Une invitation des équipes

« Promotion des saines habitudes de vie » et « Bien-être des aînés »



CENTRE DE SANTÉ
Marie-Paule-Siouï-Vincent

Saviez-vous que chanter en groupe procure de nombreux bienfaits, tant pour la santé physique que psychologique?