



# Ateliers BIEN-ÊTRE 2017 | 2018

## CHANTONNAY Les 4 Vents - rue Voltaire

**SALLE 25 LUNDI 14 H 30** Marie-Luce Basset 06 02 33 86 82  
Yvette Guery 02 51 66 42 01

**YOGA** - Fiodière Céline 6/11 - 13/11 - 20/11  
**GYM DOUCE** - Lamy-Rousseau Patrick (14 h 15) 27/11 - 4/12 - 11/12 - 18/12 - 8/01  
**RÉFLEXOLOGIE** - Bertin Marylène 15/01 - 22/01 - 29/01  
**SONOTHÉRAPIE** - Ansquer Catherine 5/02 - 12/02  
**ESTIME DE SOI** - Grelier Caroline 12/03 - 19/03 - 26/03  
**COULEURS INTUITIVES ET CALLIGRAPHIE** - Cosson Corinne 9/04 - 16/04  
**AUTOHYPNOSE** - Bodin Victor 14/05 - 28/05

## LES HERBIERS rue des Bénédictins

**SALLE DE LA PETITE MAINE (N°3) LUNDI 14 H 30** Michelle Godet 02 51 65 37 30  
Françoise Gauducheau 02 51 66 28 14

**YOGA** - Giustiniani Patricia 2/10 - 9/10 - 16/10 - 6/11 - 13/11 - 20/11  
**RÉFLEXOLOGIE** - Bertin Marylène 27/11 - 4/12 - 18/12 - 8/01  
**SHIATSU DO IN** - Olivier Fabienne 15/01 - 22/01 - 29/01 - 5/02  
**GYM DOUCE** - Le Roux Nathalie 12/03 - 19/03 - 26/03 - 9/04

## POUZAUGES rue des Courtines

**SALLE DES REMPARTS LUNDI 14 H 30** Hélène Valin 02 51 65 81 57  
Marie Giustiniani 02 51 91 81 80

**GYM DOUCE** - Le Roux Nathalie 2/10 - 9/10 - 16/10 - 4/12 - 11/12 - 18/12  
12/02 - 19/02  
**SHIATSU DO IN** - Olivier Fabienne 6/11 - 13/11 - 20/11 - 27/11  
**YOGA** - Giustiniani Patricia 8/01 - 15/01 - 22/01 - 29/01  
**RÉFLEXOLOGIE** - Bertin Marylène 12/03 - 19/03 - 26/03 - 9/04 - 16/04

## LA ROCHE-SUR-YON Chemin Guy Bourrieau

**MAISON DE QUARTIER ST ANDRÉ D'ORNAY LUNDI 14 H 30** Dominique Gauvrit 06 26 29 52 98  
Annette Micheneau 06 64 09 92 89

**RAMER CONTRE LE CANCER** - A Moulin Papon Voir renseignements au verso  
**KARATÉ SANTÉ** - St André d'Ornay Voir renseignements au verso  
**SOPHROLOGIE** - Bruat Shirley 25/09 - 2/10 - 9/10 - 16/10  
**SHIATSU DO IN** - Gaudin Florence 6/11 - 13/11 - 20/11 - 27/11  
**DANSE NIA** - Hervouet Marie-Claire 4/12 - 11/12 - 18/12  
**GYM DOUCE** - Siel Bleu 8/01 - 15/01 - 22/01 - 29/01  
**COULEURS INTUITIVES ET CALLIGRAPHIE** - Cosson Corinne 5/02 - 12/02 - 19/02  
**CONSEIL IMAGE** - Cadoret Lydia 12/03 - 19/03 - 26/03  
**DÉTENTE ET BIEN-ÊTRE** - Martin Maryse 9/04 - 16/04 - 14/05  
**SONOTHÉRAPIE** - Ansquer Catherine 28/05 - 4/06 - 11/06 - 18/06

## LUÇON rue du Pont Gentilz

**MAISON DES ASSOCIATIONS LUNDI 14 H 30** Nicole Buton 06 20 99 40 94  
Monique Ehono 02 51 07 30 57

**GYM DOUCE** - Lamy-Rousseau Patrick 2/10 - 9/10 - 16/10 - 6/11 - 13/11 - 20/11  
**SOPHROLOGIE** - Watbled Gisèle 27/11 - 11/12 - 8/01 - 15/01 - 22/01 - 29/01  
**DÉCOUVERTE FLORALE** - Bénévoles 4/12  
**ANIMATION** - Bénévoles 18/12  
**YOGA** - Fiodière Céline 5/02 - 12/02 - 19/02 - 12/03 - 19/03 - 26/03  
**RÉFLEXOLOGIE** - Sionneau Bénédicte 9/04 - 16/04 - 14/05  
**RELAXATION PAR LE RIRE** - Marchand Corinne 28/05

## SAINT-GILLES-CROIX-DE-VIE rue Maréchal Leclerc

**CENTRE SOCIO-CULTUREL PETITE GARE LUNDI 14 H 30 (OU 14 H)** Eliane Mailfer 06 62 46 23 93  
Monique Lepage 02 51 22 59 92

**RELAXATION** - Legay Edith 25/09 - 2/10 - 9/10 - 16/10  
**RÉFLEXOLOGIE** - Sionneau Bénédicte 6/11 - 13/11 - 20/11 - 27/11  
**ATELIER CRÉATIF** - Bénévoles 4/12 - 11/12 - 18/12 - 8/01  
**SHIATSU DO IN** - Gaudin Florence 15/01 - 22/01 - 29/01 - 5/02  
**QI GONG** - Réthoré-Séché Mylène 12/02 - 19/02 - 12/03 - 19/03  
**SOPHROLOGIE** - Watbled Gisèle 26/03 - 9/04 - 16/04 - 14/05  
**GYM DOUCE** - Lamy-Rousseau Patrick (14 h 00) 28/05 - 4/06 - 11/06 - 18/06

## FONTENAY-LE-COMTE 2 rue Louis Fradet

**SALLE DE CHARZAIS MARDI 14 H 30** Brigitte Forestier 02 51 51 92 26  
Louissette Mercier 02 51 69 34 01

**RAMER CONTRE LE CANCER** - A Mevant Voir renseignements au verso  
**GYM DOUCE** - Siel Bleu 12/09 - 19/09 - 26/09 - 29/05 - 5/06 - 12/06  
**QI GONG** - Rullier Laurent 3/10 - 10/10 - 17/10  
**YOGA** - Grossin Annick 21/11 - 28/11 - 5/12 - 12/12  
**ART FLORAL** - Bénévoles 19/12 - 24/04  
**SOPHROLOGIE** - Bruat Shirley 16/01 - 23/01 - 30/01 - 6/02  
**AUTOHYPNOSE** - Bodin Victor 13/02 - 15/05  
**COULEURS INTUITIVES ET CALLIGRAPHIE** - Cosson Corinne 13/03 - 20/03 - 27/03  
**RÉFLEXOLOGIE** - Richard Laurette 10/04 - 17/04

## MONTAIGU Place de l'Hôtel de Ville

**SALLE DES DOUVES MARDI 14 H 30** Gaby Bonnaudet 06 60 70 28 64  
Evelyne Pichaud 06 65 65 54 56

**RELAXATION DYNAMIQUE** - Galland Isabelle JDVC 12/09 - 19/09 - 26/09 - 3/10 - 10/10  
**GYM DOUCE** - Siel Bleu 17/10 - 7/11 - 14/11 - 21/11  
28/11 - 13/02 - 20/02  
5/12 - 12/12 - 19/12  
9/01 - 16/01 - 23/01 - 30/01 - 6/02  
**DANSE NIA** - Hervouet Marie-Claire  
**SONOTHÉRAPIE** - Ansquer Catherine  
**SOPHROLOGIE** - Galland Isabelle JDVC 13/03 - 20/03 - 3/04 - 10/04 - 17/04  
**MARCHE NORDIQUE** - "Les panarenfiés" 15/05 - 22/05 - 29/05 - 05/06 - 12/06 - 19/06

## LA CHIMOTAIE - CUGAND

Réservé aux patients de l'établissement et à leurs proches

**SALLE INDIQUÉE SUR PLACE JEUDI 15 H 00** Solange Barneaud  
Marie-Anne Bousseau

**GYM DOUCE** - Siel Bleu 28/09 - 5/10 - 12/10 - 19/10  
15/03 - 22/03 - 29/03 - 12/04  
9/11 - 16/11 - 23/11 - 30/11  
**RÉFLEXOLOGIE** - Bertin Marylène 7/12 - 14/12 - 21/12 - 18/01 - 25/01  
**SHIATSU DO IN** - Marlet Olivier 1/02 - 8/02 - 15/02 - 22/02  
**ESTIME DE SOI** - Grelier Caroline

## CHALLANS 9 rue de la Cité

**CENTRE DE LA COURSAUDIÈRE JEUDI 14 H 30** Edith Legay 06 24 71 35 40  
Simone Vincendeau 06 83 17 00 23

**RAMER CONTRE LE CANCER** - A Sallertaine Voir renseignements au verso  
**RELAXATION** - Legay Edith 28/09 - 16/11 - 7/12 - 22/02  
**CONSEIL EN IMAGE** - Cadoret Lydia 5/10 - 12/10  
**QI GONG** - Réthoré-Séché Mylène 19/10 - 9/11 - 23/11 - 30/11  
**CHANT** - Rabineau Tanya 14/12 - 21/12  
**SHIATSU DO IN** - Gaudin Florence 11/01 - 18/01 - 25/01  
**RÉFLEXOLOGIE** - Bertin Marylène 1/02 - 8/02  
**RELAXATION PAR LE RIRE** - Marchand Corinne 15/02  
**GYM DOUCE** - Réthoré-Séché Mylène 15/03 - 22/03 - 29/03  
**GRAVURE / POLYSTYRÈNE** - Villemain Anne 5/04 - 12/04 - 19/04 - 17/05  
**SONOTHÉRAPIE** - Ansquer Catherine 24/05 - 31/05  
**BALADE DES 5 SENS** - Bénévoles 7/06 - 14/06

## BELLEVIGNY Rue Charette

**ESPACE CHARETTE VENDREDI (OU JEUDI) 14 H 30** Josette Brillaud 02 51 41 08 48  
Francesca Morisset 06 33 99 29 80

**PHOTOGRAPHIE** - Pollet Jesse 8/09 - 15/09 - 22/09 - 29/09  
**QUILLING** - Nicoleau Danièle 6/10 - 13/10 - 20/10 - 8/12  
**ATELIER CRÉATIF** - Dufour Mary-Lise 10/11 - 17/11 - 24/11 - 1/12  
**SCRAPBOOKING** - Bénévoles 15/12 - 22/12  
**CONSEIL EN IMAGE (JEUDI 14 H 30)** - Cadoret Lydia 11/01 - 18/01 - 25/01 - 1/02  
**DANSE NIA** - Hervouet Marie-Claire 9/02 - 16/02 - 23/02 - 16/03  
**ATELIER CRÉATIF** - Bénévoles 23/03 - 30/03 - 6/04 - 13/04  
**ART FLORAL** - Bénévoles 20/04 - 18/05 - 25/05  
**MARCHE OU JEUX** - Bénévoles 1/06 - 8/06

## OLONNE-SUR-MER 20 rue Pasteur

**CENTRE JEAN DE LA FONTAINE VENDREDI 14H30** Annie Morichon 06 61 15 84 85  
Jacqueline Saget 06 42 02 58 20

**RAMER CONTRE LE CANCER** - Base de l'Auzance Voir renseignements au verso  
**GYM DOUCE** - Siel Bleu 6/10 - 13/10 - 20/10 - 10/11 - 17/11  
**RELAXATION PAR LE RIRE** - Marchand Corinne 24/11  
**SHIATSU DO IN** - Gaudin Florence 1/12 - 8/12 - 15/12 - 12/01  
**RÉFLEXOLOGIE** - Sionneau Bénédicte 19/01 - 26/01  
**RELAXATION** - Legay Edith 2/02 - 9/02 - 16/02 - 16/03  
**SOPHROLOGIE** - Watbled Gisèle 23/03 - 30/03 - 6/04 - 13/04  
**GRAVURE / POLYSTYRÈNE** - Villemain Anne 18/05 - 25/05  
**MARCHE OU JEUX** - Bénévoles 1/06 - 8/06

## LA CHÂTAIGNERAIE 38 rue de la République

**SALLE DES VOTES VENDREDI (OU MARDI) 14 H 30** Mireille Pacteau 02 51 51 65 03  
Marcel Garon 02 51 51 66 84

**GYM DOUCE** - Siel Bleu 22/09 - 6/10 - 20/10 - 10/11  
16/03 - 30/03 - 6/04 - 13/04  
**SOPHROLOGIE** - Bruat Shirley 24/11 - 8/12 - 15/12 - 12/01 - 19/01 - 26/01  
**ESTIME DE SOI** - Richard L & Leriche M (mardi 14h30) 6/02 - 20/02  
**AUTOHYPNOSE** - Bodin Victor 20/04 - 18/05  
**COULEURS INTUITIVES ET CALLIGRAPHIE** - Cosson Corinne 25/05 - 1/06  
**MARCHE OU JEUX** - Bénévoles 8/06 - 15/06

## NOIRMOUTIER 18 rue de la Poste

**ESPACE GRAIN DE SEL VENDREDI 15 H (sauf la pétanque)** Bernadette Bénétreau 02 28 10 52 58  
Thérèse Vrignaud 06 81 13 92 20

**RELAXATION** - Legay Edith 29/09 - 6/10 - 13/10 - 20/10  
**PÉTANQUE** - Nicol Alain 12/10 - 19/10 - 9/11 - 16/11 - 23/11  
(à la Guérinière le jeudi à 14h30) 10/11 - 17/11 - 24/11 - 1/12  
**AQUARELLE** - Favreau Martine 8/12 - 15/12 - 22/12 - 12/01  
**YOGA** - Gendron Véronique 19/01 - 26/01 - 02/02 - 9/02  
**QI GONG** - Réthoré-Séché Mylène 16/03 - 23/03 - 30/03 - 6/04  
**ANTISTRESS/COULEUR** - Piotet Annick 13/04 - 20/04  
**DANSE SINGULIÈRE** - Gendron Véronique 18/05 - 25/05 - 1/06 - 8/06  
**GYM DOUCE** - Guérin Marie-Cécile

