

**RÉDUCTION DE 90 % À 15 % EN FONCTION DE VOS REVENUS**  
 Sur les prix avec l'étoile \* - Nous le rappeler lors de votre inscription

Grâce au soutien de la  
**Carsat** Retraite & Santé  
 au travail  
 Rhône-Alpes

## VOTRE BIEN-ÊTRE CORPOREL



### LE MOMENT SHOPPING

Essayage, maquillage, coiffure, et shooting photo

**40 € la séance**



### LE NATUREL ME VA SI BIEN

Utiliser la naturapathie pour votre santé

**68 € les 2 séances\***



### SOIS BELLE ET OUVRE-LÀ

Cosmétique, esthétique et fabrication de vos produits

**60 € les 3 séances\***



### MARCHONS MARCHONS

Marche favorisant la capacité respiratoire

**45 € les 3 séances\***  
**180 € les 12 séances\***



### LE MOMENT BRUCE LEE

Masse musculaire et apprendre à chuter sans se faire mal

**240 € les 12 séances\***



### LE MOMENT GYM TONIC

Gym sur ballon pour équilibre et souplesse

**75 € les 5 séances\***  
**180 € les 12 séances\***  
**360 € les 24 séances\***



### CALME-TOI !

Sophrologie et méditation seul.e ou avec vos enfants ou petits-enfants

**15 € les 3 séances\***  
**25 € les 5 séances\***



### LE MOMENT NICOLAS

Jardinage et découverte de la permaculture

**60 € les 3 ateliers semis\***  
**20 € l'atelier au jardin**



### MON JARDIN DFEC

Jardinage sur vos balcons, terrasse et jardins avec les adhérents

**20 € la séances**

## RÉDUCTION DE 90 % À 15 % EN FONCTION DE VOS REVENUS

Sur les prix avec l'étoile \* - Nous le rappeler lors de votre inscription

Grâce au soutien de la  
**Carsat** Retraite & Santé  
au travail  
Rhône-Alpes

### DE CULTURE FESTIVE



#### LA CULTURE À DEUX PAS

Découverte du patrimoine

En fonction de la durée  
et du thème de la sortie



#### À DEEC CE SOIR ?

Conférence, théâtre, lecture,  
expositions et concerts

En fonction de  
l'évènement



#### L'ACTU ME COLLE À LA PEAU

Soirées découverte,  
Débats intergénérationnels  
sur un sujet d'actualité

Gratuit

### LE BON COUP DE FOURCHETTE



#### LE MOMENT JEAN-PIERRE COFFE

Créer son panier d'alimentation  
saine à budget limité et cuisiner  
en préservant votre santé

88 € les 2 ateliers - déjeuner\*



#### GROAAAR - ATELIER N°1

Découverte, cueillette  
des plantes sauvages  
et pique-nique

23 € la journée



#### GROAAAR - ATELIER N°2

Découverte, transformation des  
plantes sauvages et fabrication  
d'un produit alimentaire

68 € les 2 ateliers\*



#### GROAAAR - ATELIER N°3

Découverte, transformation  
des plantes sauvages, préparation  
d'un repas et déjeuner

88 € les 2 ateliers - déjeuner



#### JEU COLLECTIF

Team building et déjeuner  
pour entreprises autour  
des thèmes de la prévention

A deviser



#### LE MOMENT CABARET

Spectacle  
par une troupe  
d'artistes-chanteurs

25 € la soirée

## RÉDUCTION DE 90 % À 15 % EN FONCTION DE VOS REVENUS

Sur les prix avec l'étoile\* - Nous le rappeler lors de votre inscription

Grâce au soutien de la  
**Carsat** Retraite & Santé  
au travail  
Rhône-Alpes

### J'AI DU SAVOIR FAIRE



#### DONNE LE LA - ATELIER N°1

Apprendre à chanter  
et à avoir le rythme  
**99 € les 5 séances\***



#### DONNE LE LA - ATELIER N°2

Apprendre à chanter  
la comédie musicale  
**500 € les 24 séances\***



#### DONNE LE LA - ATELIER N°3

Apprendre à chanter tous  
les styles musicaux  
**99 € les 5 séances\***



#### DONNE LE LA - ATELIER N°4

Découvrir et pratiquer  
le chant traditionnel,  
et harmonique  
**45 € les 3 séances\***



#### JE SUIS MOBILE

Cerner ses besoins  
en matière de transport  
et accéder à des solutions  
**Ateliers gratuits  
proposés par WIMOOV**



#### IMPROVISE-TOI !

Gérer les situations du  
quotidien grâce au  
théâtre d'improvisation  
**75 € les 5 séances\***



#### UN JEU D'ENFANT

Séances de jeu de société  
et d'escape game sur le  
domicile, le jardin, etc.  
**Gratuit**



#### MON EXPERTISE D'USAGER

Fais part de ton expérience  
d'usager sur des projets de  
produit, d'espace ou de service  
**Gratuit**



#### RÉAMÉNAGES

Accompagnement au choix  
de ses meubles et objets, et à  
l'aménagement de son domicile  
**Diagnostic gratuit puis coût  
fonction du temps à passer**

## RÉDUCTION DE 90 % À 15 % EN FONCTION DE VOS REVENUS

Sur les prix avec l'étoile \*  
Nous le rappeler lors de votre inscription

Grâce au soutien de la  
**Carsat** Retraite & Santé au travail  
Rhône-Alpes

### Si vous vivez seul et que vos revenus sont de

- moins de 906 € par mois, vous bénéficiez d'une réduction de 90 %
- 906 à 1 000 € par mois, vous bénéficiez d'une réduction de 85 %
- 1 000 à 1 100 € par mois, vous bénéficiez d'une réduction de 75 %
- 1 100 à 1 250 € par mois, vous bénéficiez d'une réduction de 60 %
- 1 250 à 1 400 € par mois, vous bénéficiez d'une réduction de 45 %
- 1 400 à 1 700 € par mois, vous bénéficiez d'une réduction de 35 %
- 1 700 à 2 000 € par mois, vous bénéficiez d'une réduction de 30 %
- 2 000 à 2 300 € par mois, vous bénéficiez d'une réduction de 15 %

### Si vous vivez en couple et que vos revenus sont de

- moins de 1 407 € par mois, vous bénéficiez d'une réduction de 90 %
- 1 407 à 1 600 € par mois, vous bénéficiez d'une réduction de 85 %
- 1 600 à 1 750 € par mois, vous bénéficiez d'une réduction de 75 %
- 1 750 à 1 900 € par mois, vous bénéficiez d'une réduction de 60 %
- 1 900 à 2 200 € par mois, vous bénéficiez d'une réduction de 45 %
- 2 200 à 2 600 € par mois, vous bénéficiez d'une réduction de 35 %
- 2 600 à 3 000 € par mois, vous bénéficiez d'une réduction de 30 %
- 3 000 à 3 400 € par mois, vous bénéficiez d'une réduction de 15 %

PRÉNOM

NOM



.....

.....

ADRESSE

TÉLÉPHONE

COURRIEL



.....

.....

.....

ACTIVITÉ

ATELIER

TARIF

REDUCTION

MONTANT



.....

.....

.....

....

.....



.....

.....

.....

....

.....



.....

.....

.....

....

.....



.....

.....

.....

....

.....



.....

.....

.....

....

.....

TOTAL

.....