Cahier de coloriage

ILLUSTRATIONS DaNiELa ViOLi

vie harmonieuse

vie harmonieuse

Des services à domicile adaptés

La mission de l'Association Vie harmonieuse est d'accompagner les personnes dépendantes dans leur vie quotidienne. Cet accompagnement garantit leur maintien à domicile dans les meilleures conditions possibles et rend la vie, au quotidien des familles et des aidants, plus sereine. Nous travaillons auprès des personnes âgées (de plus de 60 ans) et des personnes en situation de handicap.

Pour les 15 ans de l'association, nous avons souhaité vous témoigner notre reconnaissance et vous remercier en vous offrant ce cadeau, car sans vous, notre association ne pourrait exister.

Nous avons choisi un cahier de coloriage car les bienfaits de cette activité ne sont plus à démontrer. Colorier offre la possibilité de prendre quelques minutes pour se libérer de tout ce qui nous habite en se centrant sur une activité de loisir et de création.

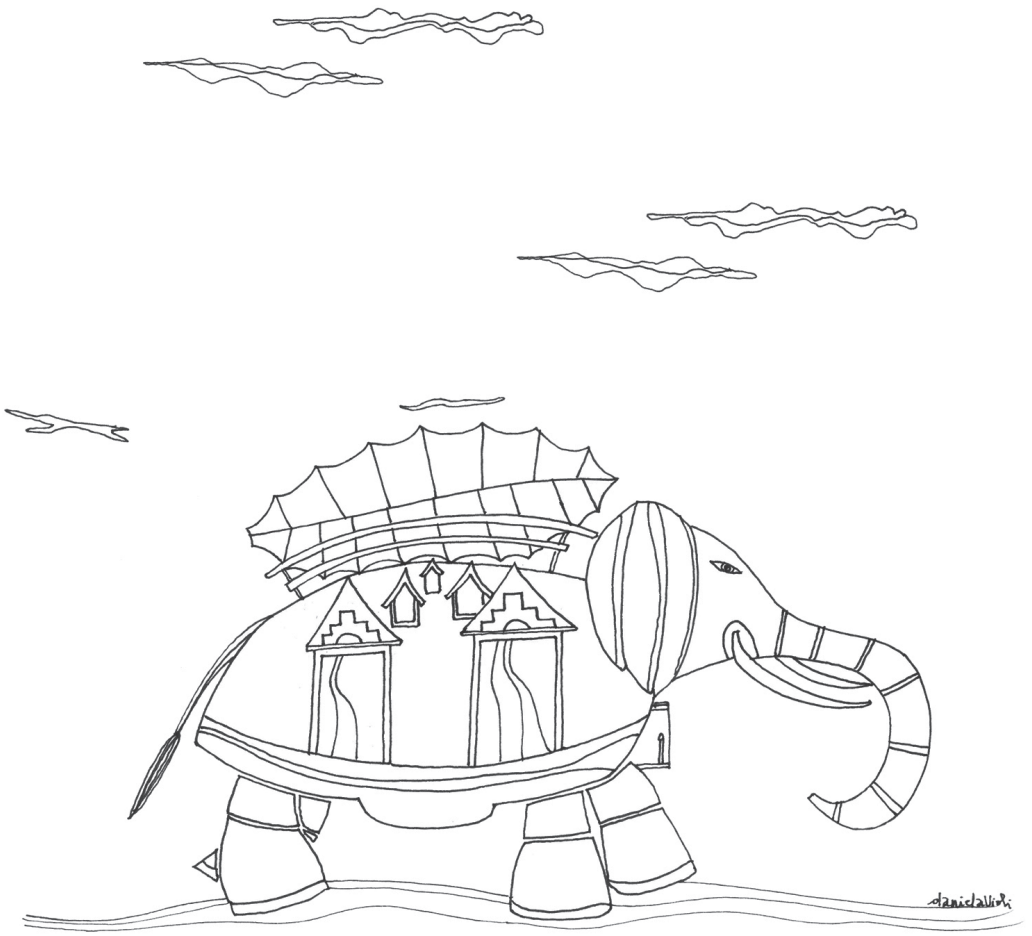
Contrairement aux idées reçues, le coloriage n'est pas réservé à l'enfance. Il aide à se reconnecter à son monde intérieur, à y apporter un peu de poésie et de lumière. L'être humain est un être d'émotions. L'amour, la colère, la joie, le stress, la peur, la sérénité… chacune a sa couleur ! Elles donnent chaque jour une teinte différente à la vie. Elles ne sont pour autant pas toujours faciles à gérer… Choisir un crayon dans la palette, laisser aller sa main au mouvement régulier et les laisser s'échapper sur le papier permet de les exprimer, s'en libérer, lâcher prise…

En parcourant les pages de ce livret, vous découvrirez les charmes et la diversité de la belle Ville de Nantes. Nous espérons que vous apprécierez et que vous saurez vous offrir ce moment de détente. Nous tenions à remercier vivement Daniela Violi, l'illustratrice et Florence Le Rolland - regardsur - pour la mise en page.

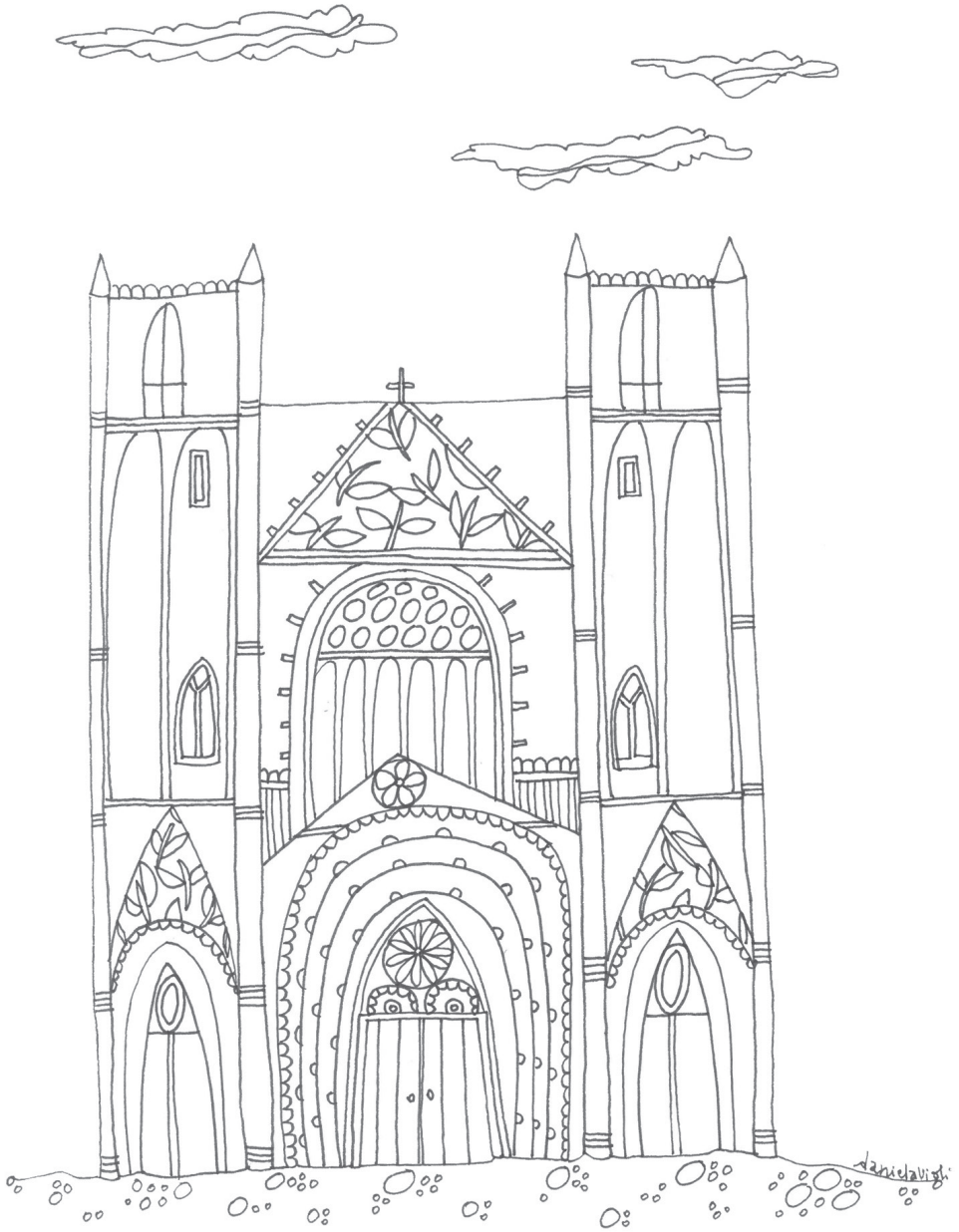
Alors…, sortez vos crayons du placard et faites-vous plaisir !

Le château des ducs de Bretagne

L'éléphant



La Cathédrale



Le jardin des plantes

Jolies tulipes

Le port de Trentemoult

vie harmonieuse

Soutien et accompagnement pour les personnes dépendantes

Vie harmonieuse
2 Avenue Millet
44000 Nantes

02 51 84 26 70
contact@vie-harmonieuse.com
www.vie-harmonieuse.com

Illustrations - DANIELa VIOLI