

# Association « Optime Solidarité »

Association d'aide

## Domaines d'activités principaux

Soutien psychologique

## Coordonnées

1 place de l'étoile 38000 Grenoble

[assoptime@gmail.com](mailto:assoptime@gmail.com)

<https://www.optime.org/>

## Zones géographiques d'exercice

Voir la liste des intercommunalités concernées

## Présentation

Optime est un réseau de praticien du mieux-être qui fonctionne sur le mode participatif. De multiples actions sont réalisées par les adhérents et bénéficient à ses adhérents. Ces actions évoluent dans le temps en fonction des besoins, des idées, des disponibilités et des possibilités.

## Objectifs & Missions

Conscients des besoins et de la réalité économique, des praticiens de l'association Optime proposent des séances à tarifs réduits pour que des personnes aux faibles ressources financières puissent accéder à un soutien psychologique, à des pratiques de développement personnel et de mieux-être non remboursées.

Massages, approches psycho-corporelles et énergétiques, écoute psychologique, psychothérapie et coaching sont accessibles.

Peuvent en bénéficier toutes les personnes ayant un revenu net mensuel inférieur à 900€ ou un quotient familial inférieur à 700€. Le tarif de ces séances va de 10 à 15€ selon les revenus.

Depuis la création de Optime Solidarité en 2011, 40 praticiens d'Optime ont ainsi proposé plus de 2400 heures de prestations aux habitants de Grenoble et des communes environnantes.



[Signaler une erreur](#) >