
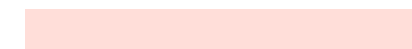






lundi 22	mardi 23	mercredi 24	jeudi 25	vendredi 26
	<p>11h00-12h00 Séance indiv. colorimétrie</p>	<p>11h00-12h00 Séance indiv. colorimétrie</p>		
<p>14h00 - 15h30 Calmer mes démangeaisons et créer ma boîte anti- gratouille Enfants</p>	<p>14h30 - 15h30 Initiation à la Sophrologie</p> <p>15h30 - 17h00 Maquillage médical</p> <p>16h00 - 17h00 Initiation au Yoga Hatha</p>	<p>14h00 - 15h00 Mobilité bras et épaules en piscine Post-cancer</p> <p>14h30 - 16h00 Tag ton t-shirt ADOS</p> <p>15h30 - 17h00 Gym adaptée Post-cancer</p>	<p>14h00-15h00 Qi Gong</p> <p>14h30 - 16h30 Maquillage rajeunissant</p> <p>16h30 - 17h30 J'applique mon émollient Enfants</p>	<p>14h00 - 15h00 Mobilité bras et épaules en piscine Post-cancer</p> <p>15h30 - 17h00 Gym adaptée Post-cancer</p> <p>17h00-18h00 Atelier Prothèse, complément et lingerie adaptée gratuit Post-cancer</p>
		<p>14h00 - 15h30 Alimentation, une allié pour le capital santé de votre peau</p> <p>16h00 - 17h30 Alimentation après un cancer</p>	<p>15h00-17h00 Rencontre ADOS</p> <p>15h30 - 17h00 Relaxons-nous dans les bois</p>	
		<p>21H-22H Balade nature les chauves souris</p>		

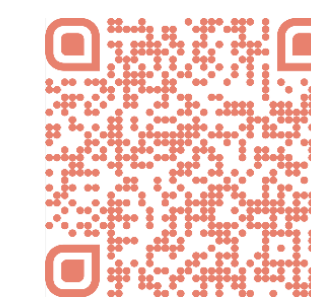
 Centre thermal

 Espace animation les Mûriers

Renseignements et inscriptions :

Du lundi au vendredi de 8h30 à 12h30 et de 13h30 à 17h00

-  Réservations en ligne via centrithermalavene.com
-  A l'espace animation les Mûriers
-  ateliers.thermes.avene@pierre-fabre.com
-  04.67.23.46.30 (Espace animation les Mûriers) / 04.67.23.37.54 (Ateliers)



Sous réserve de disponibilités de places

Les Ateliers Santé et Bien-être*

ATELIERS SANTE ADULTES

Dermatologie:

- Prendre soin de ma peau et calmer mes démangeaisons.....10€
- Alimentation, un allié pour le capital santé de votre peau.....10€

Post cancer :

- Prendre soin de son cuir chevelu.....10€
- Exercices adaptés pour la mobilité des épaules et des bras.....15€
- Gymnastique adaptée.....15€
- Alimentation, après un cancer : conseils pratiques.....10€
- S'exprimer sur son vécu grâce à l'art thérapie.....10€

Toutes pathologies

- Mieux gérer son stress et se sentir plus apaisé (auto-hypnose)..... 10€
- Méridiens et équilibre émotionnel.... **Nouveau!**..... 10€
- Relaxons-nous dans les bois (sophrologie dans les parc thermal)..... 10€
- Conseil en image par la colorimétrie.....40€
- Maquillage rajeunissant.....20€
- Maquillage médical et correcteur.....20€
- Maquillage Individuel.....40€

EDUCATION THERAPEUTIQUE DU PATIENT

- Programme "EczA'Gère".....120€ (6 à 9 séances)
- Programme "Me ressourcer après un cancer".....180€ (8 à 10 séances)

Ces programmes sont accessibles **uniquement sur réservation à des dates définies à l'avance.**

Programmes payants agréés par l'agence régionale de santé Occitanie, non pris en charge par l'assurance maladie .



Programme EczA'Gère accessible **uniquement** sur les dates suivantes : Du 8 au 27 avril / Du 8 au 27 juillet / Du 29 juillet au 17 août / Du 5 au 24 août / Du 21 octobre au 9 novembre

ATELIERS BIEN-ÊTRE ADULTES

- Initiation Hatha Yoga.....12€
- Initiation Qi Gong.....12€
- Initiation Sophrologie.....12€
- Réveillez votre corps en douceur 7€
- Gym douce7€
- Gym dynamisante.....7€
- Initiation à la marche nordique7€

CONFERENCES

- Activité physique et santé
- Réunion d'informations sur la cure thermale

GRATUITES

ATELIERS SANTE ENFANTS

- Prendre soin de ma peau
- Appliquer mon émollient
- Calmer mes démangeaisons
- Créer ma boîte anti-gratouille
- Sophrologie



ATELIERS SANTE ADOS

- Prendre soin de ma peau et calmer mes démangeaisons
- Maquillage médical
- Art thérapie : tag ton tee-shirt
- Sophrologie

10€ PAR ATELIERS

LA NATURE AU CŒUR DU SITE THERMAL

- Balades thématiques: Les oiseaux du parc, Les petites bêtes de l'eau, Les chauves-souris, Les insectes...
- Balade : Histoire de l'Orb et des bains

5€ PAR BALADES

ACTIVITÉS MANUELLES CRÉATIVES

- Ma maison au naturel
- Activités manuelles

7€ PAR SÉANCES



CENTRE THERMAL
Avène



*Ateliers payants non pris en charge par l'assurance maladie
Accessibles sur inscription sous réserve de disponibilité de places.

Pour plus de renseignements vous pouvez nous contacter :



04.67.23.37.54



ateliers.thermes.avene@pierre-fabre.com