



# ATELIERS SANTE ET BIEN-ÊTRE

SUR INSCRIPTION UNIQUEMENT

Semaine du 9 au 13 septembre



lundi 09	mardi 10	mercredi 11	jeudi 12	vendredi 13
				<b>Journée mondiale de l'eczéma atopique</b>
	11h00-12h00 Séance indiv. colorimétrie	11h00-12h00 Séance indiv. Maquillage		11h00 - 12h30 Mieux gérer son stress et se sentir plus apaisé (auto-hypnose)
14h00 - 16h00 Visite Unité de production et présentation du laboratoire de l'eau 04.67.23.46.30	13h30 - 15h00 Atelier : "Prothèses, compléments et lingerie adaptée" * <b>Post-cancer</b>	14h00-15h00 Séance indiv. colorimétrie	14h00-15h00 Qi Gong	14h00 - 15h30 Méridiens et équilibre émotionnel
15h00 - 16h30 HEALTH WORKSHOP adults, children	14h30 - 15h30 Initiation à la Sophrologie	15h-17h Maquillage rajeunissant	14h00 - 15h00 Mobilité bras et épaules en piscine <b>Post-cancer</b>	14h30 - 16h00 Art thérapie : expression créative autour de l'eczéma atopique **
	16h00 - 17h00 Initiation au Yoga Hatha	15h00 - 16h30 Balade nature "Les arbres ont une histoire"	14h30-16h00 Conférence activité physique et santé	15h30-16h30 Gym douce
		17h30 - 19H Réunion d'informations sur la cure thermale	15h45-17h15 Relaxons nous dans les bois	16h00 - 17h30 Cure / discussion autour de l'eczéma atopique avec notre expert santé ** <b>Spécifique eczéma</b>
			15h30 - 17h00 Atelier "Ma maison au naturel!"	14h-15h Initiation à la marche nordique





 Centre thermal  
 Espace animation les Mûriers

\* : Ateliers exceptionnels gratuits

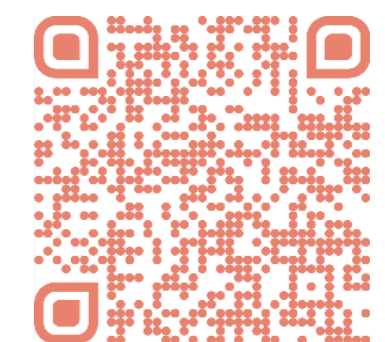
\*\* : Ateliers exceptionnels payants - 10€

### Renseignements et inscriptions :

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

-  Réservations en ligne via [centrethermalavene.com](http://centrethermalavene.com)
-  A l'espace animation les Mûriers
-  [ateliers.thermes.avene@pierre-fabre.com](mailto: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





lundi 16	mardi 17	mercredi 18	jeudi 19	vendredi 20
	11h00-12h00 Séance indiv. colorimétrie	11h00-12h00 Séance indiv. colorimétrie		11h00 - 12h30 Mieux gérer son stress et se sentir plus apaisé (auto-hypnose)
14h00 - 16h00 Visite Unité de production et présentation du laboratoire de l'eau 04.67.23.46.30	14h30 - 16h30 Prendre soins de ma peau et calmer mes démangeaisons ADULTE	14h00 - 15h30 Alimentation, une alliée pour le capital santé de votre peau	14h00-16h00 atelier Art manuel "la carterie"	14h00 - 15h30 Méridiens et équilibre émotionnel
	14h30 - 15h30 Initiation à la Sophrologie	15h00-17h00 Maquillage rajeunissant	14h00-15h00 Qi Gong	
	16h00 - 17h00 Initiation au Yoga Hatha	16h00 - 17h30 Alimentation après un cancer	15h00 - 16h30 Relaxons nous dans les bois	
	20h30-21h30 balade nature découverte des chauves souris		14h00 - 15h00 Mobilité bras et épaules en piscine <b>Post-cancer</b>	
			15h30 - 17h00 Gym adaptée <b>Post-cancer</b>	16h00 - 17h30 S'exprimer sur son vécu grâce à l'art thérapie <b>Post-cancer</b>
				16h00-17h00 balade nature les oiseaux du parc

-  Centre thermal
-  Espace animation les Mûriers

Ateliers Bien-être, exceptionnels, animé par des curistes :

Yoga Nidra : Gratuit  
Origami : 4 €

**Renseignements et inscriptions :**

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

-  Réservations en ligne via [centrethermalavene.com](http://centrethermalavene.com)
-  A l'espace animation les Mûriers
-  [ateliers.thermes.avene@pierre-fabre.com](mailto: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**



# ATELIERS SANTE ET BIEN-ÊTRE

SUR INSCRIPTION UNIQUEMENT

Semaine du 23 au 27 septembre







lundi 23		mardi 24		mercredi 25		jeudi 26		vendredi 27	
				11h00-12h00 Séance indiv. colorimétrie		11h00-12h00 Séance indiv. maquillage		11h00 - 12h30 Mieux gérer son stress et se sentir plus apaisé (auto-hypnose)	
14h00 - 16h00		14h30 - 15h30		14h00 - 15h30		14h00-15h00		14h00 - 15h30	
14h30-15h30 Séance indiv. Maquillage	14h30-16h Conférence REIKI Gratuit	Visite Unité de production et présentation du laboratoire de l'eau 04.67.23.46.30		14h30-16h Conférence l'apiculture et dégustation du miel du rucher du parc Gratuit		Qi Gong		14h-15h Méridiens et équilibre émotionnel	
		16h00 - 17h00		15h00 - 16h30		15h30-16h30		15h-16h30 Conférence médicale l'eczéma atopique	
		Prendre soins de mon cuir chevelu <b>Post-cancer</b>		Relaxons nous dans les bois		balade nature "l'histoire des bains et de l'Orb"		15h00-17h00 Maquillage rajeunissant	
		Initiation au Yoga Hatha				15h30 - 17h00 Gym adaptée <b>Post-cancer</b>		16h00 - 17h30 S'exprimer sur son vécu grâce à l'art thérapie <b>Post-cancer</b>	
						17h00 - 18h30 Réunion d'informations sur la cure thermale		15h30-16h30 marche nordique	

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 [centrethermalavene.com](http://centrethermalavene.com)
-  A l'espace animation les Mûriers
-  [ateliers.thermes.avene@pierre-fabre.com](mailto: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

