



FORUM DU BIEN-ÊTRE

SAMEDI 23 NOVEMBRE 2024
13H30-18H



Yoga

Sophrologie

Relaxation

Bien-être

Reflexologie

Salle des sports Yannick Noah

22 rue Jean Jaures

Ce troisième Forum du bien-être est dédié à la promotion de la santé et du bien-être sous toutes ses formes.

Venez découvrir des conférences inspirantes, des ateliers pratiques et des stands d'informations animés par des professionnels passionnés. Que vous soyez intéressé par le yoga, la méditation ou encore les techniques de relaxation, n'hésitez pas à venir les rencontrer.

Entrée libre et gratuite.

Nous vous attendons nombreux pour une après-midi dédiée au bien-être et à la santé

Bio énergie - Bilans énergiques

Florence Meunier

Barre au sol, danse

Movimento

Coach & Thérapeute - Accompagnement
O Féminin

La fabrique des femmes

Coaching personnel et professionnel
Bilan de compétences

Ak coaching

Energicien

Adrien Amiel

Gestalt Massage® et Aromathérapie

Marie Kamp

Microbiologiste

Formation au bien-être digestif

Origine nature

Sophrologie

Sosopro

Reflexologie plantaire

A la conquête de mon corps

Reiki

Reiki ô féminin

Coaching en neurosciences appliquées

Cohérence Cardiaque - Relaxation

Feng Shui - Bien-être chez vous

Huiles essentielles et Aromachologie

LaHochi - Reiki Usui

Neurofeedback Dynamique

Poplitime - Massage à domicile pour
Adultes et Enfants

Relaxation Dynamique - Yoga du Rire -
Arts créatifs

Shiatsu

Association Arts du Bien-être 78



prendre du temps
chaque jour pour se
détendre et se
ressourcer est
essentiel pour bien
vivre

Judith Hanson

ATELIERS

salle A

BARRE AU SOL 13h45-14h45

STRESS ET LA CYCLICITÉ 14h45-15h45

DÉCOUVERTE ET PRATIQUE DES
MUDRAS, LE YOGA DES DOIGTS .. 15h45-16h45

REIKI 16h45-17h45

salle B

SOPHROLOGIE 13h45-14h45

RELAXATION DYNAMIQUE 14h45-15h45

EQUILIBRE DE VIE : TROUVEZ
L'HARMONIE ENTRE TOUS VOS
DOMAINES DE VIE 15h45-16h45

RELAXATION DYNAMIQUE 16h45-17h45

CONFÉRENCES

Grande salle

LE YOGA DU RIRE - POURQUOI LE
PRATIQUER ? 13h45-14h45

MASSAGE DES ENFANTS À
BESOINS PARTICULIERS (TDAH,
ANXIÉTÉ ...) 14h45-15h45