

Espace René Fallet

CROSNE

Samedi 2 avril 2022 - 19h à 21h30

Dimanche 3 avril 2022 - 10h à 18h

Entrée libre

Forum du Mieux-être

Présence de nombreux thérapeutes

Soins - Ateliers - Salon de thé bio - Librairie

Vente produits naturels et locaux

2 conférences

Samedi 2 avril à 19h

*L'alimentation durable :
pour la santé
et l'environnement*

Dimanche 3 avril à 15h

*Présentation
de la médecine
traditionnelle chinoise*

**Dîner découverte
et saveurs
végétariennes**

Samedi 2 avril

20h à 21h30 - Menu à 15€
sur réservation uniquement

LES TECHNIQUES PRÉSENTES SUR LE SALON

Alimentation et Hygiène de vie, DO-in, Massages énergétiques de bien être, Médecine Traditionnelle Chinoise, Naturopathie, Ostéopathie, Réflexologie, Relation d'aide, coaching de vie, PNL / ICV, Tai chi chuan, Sophrologie, relaxation, Shiatsu, Yoga, Massage sportif, Art-thérapie...

SERONT PROPOSÉS :

- ateliers collectifs (30 mn ou 1h)
- soins individuels
- vente de produits naturels et régionaux, (cosmétiques, laine vierge et lainages, alimentation, accessoires zéro déchet, pierres et cristaux, huiles essentielles...)
- librairie
- petite restauration
- ateliers pédagogiques et jardinage bio
- balade découverte de la flore médicinale des bords de l'Yerres

Programme du samedi 2 avril 2022



19h conférence - entrée libre

"L'alimentation durable : pour la santé et l'environnement"



20h diner proposé par l'Attribut de Draveil

menu végétarien (3 plats) : 15euros/personne
sur réservation par SMS au : 06.95.19.66.29.

Programme du dimanche 3 avril 2022



Espace Orchidée

10h30 : Yoga prénatal

11h00 : Parentalité positive : *pour une relation familiale saine et apaisée*

12h00 : Atelier zéro déchet

13h30 : Se découvrir, se faire du bien, éclairer son chemin

14h00 : Sophrologie-relaxation : accueillir ses émotions

14h30 : Estime de soi au Féminin : oser dire non !

16h00 : Prévenir le burn-out et l'épuisement au travail

16h30 : Relaxation par les bols tibétains



Espace Coquelicot

15h00 : Conférence : présentation de la médecine traditionnelle chinoise

16h00 : Relaxation Hatha Yoga

17h15 : Relaxation par la danse africaine



Espace Nymphaea

11h00 : Do In visage et mains

12h00 : Auto-massages chinois

13h30 : Do In visage et mains

14h30 : Auto-massages chinois

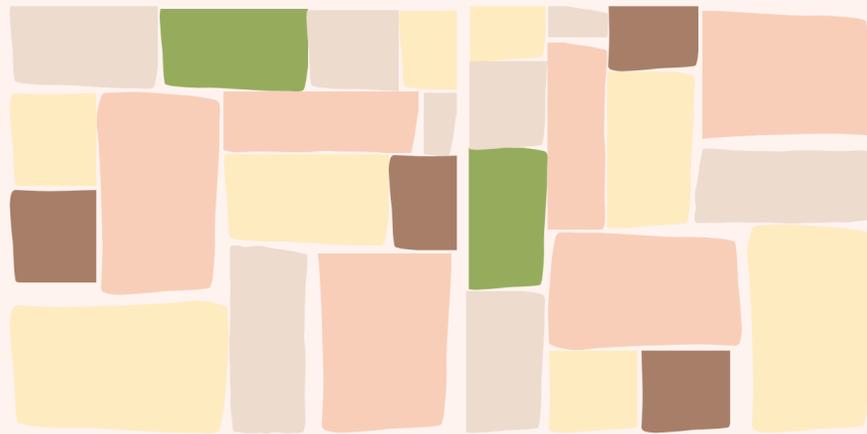


Extérieur

11h00 : Balade découverte de la flore médicinale des bords de l'Yerres

16h00 : Balade découverte de la flore médicinale des bords de l'Yerres

INFOS



Contacts et informations : chrysalis91@laposte.net
Ofélia : 06.19.16.86.40 / Natàlia : 06.44.37.94.68.

Espace René Fallet

29 bis avenue Jean Jaurès
91560 CROSNE

