

LES ATELIERS MIEUX-ÊTRE

+ Activité physique

Aqua-santé - 1h	12 €
Gymnastique adaptée - 1h15	15 €
Aqua santé spécifique bras et épaule - 1h	15 €
Gymnastique douce confort articulaire - 1h	12 € NEW!

+ Image de soi

Colorimétrie groupe - 1h30	20 €
Colorimétrie individuel - 50' <i>sur demande</i>	40 €
Maquillage rajeunissant - 2h	20 €
Maquillage individuel - 1h <i>sur demande</i>	40 €

+ Nutrition

Mon alimentation après le cancer, on en parle ? - 1h30	12 €
Agir sur l'inflammation par l'alimentation - 1h30	12 €
Alimentation et microbiote intestinal - 1h30	12 €

+ Dermatologie

Prendre soin de ma peau et calmer mes démangeaisons - 2h	7 €
Maquillage médical - 1h30	20 €

Séances individuelles

Dététicienne – 06.61.92.95.15	50 €
Sophrologue – 07.81.77.42.68	50 €
Sexologue – 07.67.88.11.92	50 €

Vous pouvez contacter nos intervenants si vous souhaitez prendre un rendez-vous individuel.

+ Relaxation

Hatha Yoga - 1h	12 €
Qi Gong - 1h	12 €
Sophrologie et éveil des sens dans le parc - 1h15	12 €
Sophrologie, soulager sa douleur autrement - 1h15	12 € NEW!

+ Bien-être psychologique

Le langage des émotions- 1h15	12 € NEW!
Mieux dormir et retrouver le chemin du sommeil - 1h15	12 €
Bien être intime (post onco) - 1h30	20 € NEW!
Bien être intime (dermato) - 1h30	20 € NEW!

+ Package Ados / Enfants

Crée ton portrait chinois Escape game "sauve ta peau"	25 €
Jeu "Sauve Coco & Léo" Applique ton émoullient Sophrologie	25 €

+ Conférences

Moment convivial et d'information	FREE
Visite unité de production	5 €

Paielement déductible lors d'achat à la boutique

Ateliers **payants**, non pris en charge par l'assurance maladie

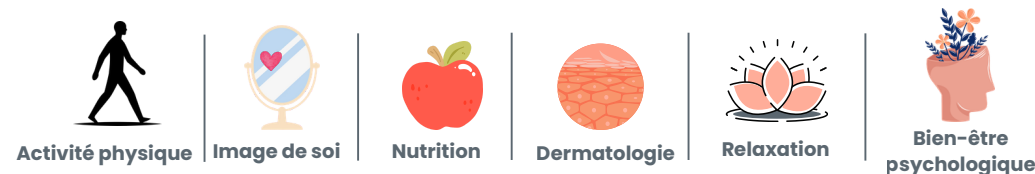
Accessibles sur inscription sous réserve de **disponibilité** de places.

Les annulations intervenant **moins de 24h** avant le rendez-vous réservé donnent lieu à une facturation.

LES ATELIERS MIEUX-ÊTRE

Des ateliers pour prendre soin de soi

Ouverts à toutes et à tous, curistes ou personnes extérieures au centre thermal
Animés par des professionnels qualifiés



Offre spéciale

**PACKAGE
4 ATELIERS COLLECTIFS
= 50€**

*Hors ateliers individuels et ateliers Bien être intime

LA BOUTIQUE du Centre thermal Avène

-20% sur les achats*

Lundi, Mercredi, Jeudi

13h30 - 17h30

Mardi, Vendredi

9h - 13h

Samedi

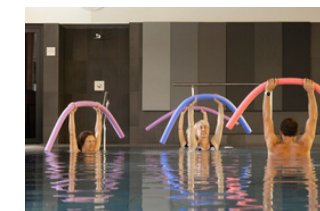
9h - 13h / 14h - 17h

*Offre réservée aux curistes, aux clients du Spa, et Eau Thermale Avène l'Hôtel

Pour vous inscrire,
scannez le QR code :



[Lien d'accès pour s'inscrire](#)




✉ ateliers.thermes.avene@pierre-fabre.com

☎ 04.67.23.37.54

LES ATELIERS MIEUX-ÊTRE

Notes : _____

Programme du 15 juin au 3 juillet

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<p>Semaine du 15 au 19 juin</p> <p>14H00 Bien être intime (dermato) -1h30 - Thermes </p> <p>14H00 Visite unité de production - 2h - Thermes</p> <p>16H00 Bien être intime (Post onco) -1h30 - Thermes </p> <p style="text-align: right;">15</p>	<p>14H00 Sophrologie et éveil des sens dans le parc -1h30 - Thermes</p> <p>14H00 Maquillage rajeunissant -2H00- Thermes</p> <p>16H00 Le langage des émotions -1h30 - Thermes</p> <p>16H00 Hatha Yoga - 1h - Muriers</p> <p style="text-align: right;">16</p>	<p>11H00 Colorimétrie -1h30 - Thermes</p> <p>14H00 Alimentation et microbiote intestinal -1h30 - Thermes</p> <p>16H00 Alimentation après un cancer : on en parle ? -1h30 - Thermes</p> <p style="text-align: right;">17</p>	<p>14H00 Aqua santé - 1h - Piscine hôtel</p> <p>15H00 Aqua santé bras et épaule- 1h - Piscine hôtel</p> <p style="text-align: right;">18</p>	<p>14H30 Qi gong - 1h - Muriers</p> <p style="text-align: right;">19</p>
<p>Semaine du 22 au 26 juin</p> <p>14H00 Visite unité de production - 2h - Thermes</p> <p style="text-align: right;">22</p>	<p>14H00 Le langage des émotions -1h30 - Thermes</p> <p>14H00 Maquillage médical -1H00- Thermes</p> <p>16H00 Retrouver le chemin du sommeil -1h30 - Thermes </p> <p>16H00 Hatha Yoga - 1h - Muriers</p> <p style="text-align: right;">23</p>	<p>17H00 Moment convivial et d'informations en présence de l'office de tourisme, des thermes et de l'hôtel - 1h- Eau Thermale Avène l'Hôtel. gratuit et ouvert à tous </p> <p style="text-align: right;">24</p>	<p>14H00 Aqua santé - 1h - Piscine hôtel</p> <p>15H00 Aqua santé bras et épaule- 1h - Piscine hôtel</p> <p>16H00 Gym adaptée - 1h15 - Muriers</p> <p style="text-align: right;">25</p>	<p>14H30 Qi gong - 1h - Muriers</p> <p>14H30 Prendre soin de ma peau et calmer mes démangeaisons -2h - Thermes</p> <p style="text-align: right;">26</p>
<p>Semaine du 29 juin au 3 juillet</p> <p>14H00 Bien être intime (dermato) -1h30 - Thermes</p> <p>14H00 Visite unité de production - 2h - Thermes</p> <p>16H00 Bien être intime (Post onco) -1h30 - Thermes</p> <p style="text-align: right;">29</p>	<p>14H00 Retrouver le chemin du sommeil -1h30 - Thermes </p> <p>14H00 Maquillage rajeunissant -2H00- Thermes</p> <p>16H00 Sophrologie soulager sa douleur autrement -1h30 - Thermes </p> <p>16H00 Hatha Yoga - 1h - Muriers</p> <p style="text-align: right;">30</p>	<p>11H00 Colorimétrie -1h30 - Thermes</p> <p>14H00 Alimentation et microbiote intestinal -1h30 - Thermes</p> <p>16H00 Agir sur l'inflammation par l'alimentation -1h30 - Thermes</p> <p style="text-align: right;">01</p>	<p>9H-12H Permanence de l'association des brûlés de France- Thermes</p> <p>14H00 Aqua santé - 1h - Piscine hôtel</p> <p>15H00 Aqua santé bras et épaule- 1h - Piscine hôtel</p> <p>16H00 Gym douce confort aticulaire - 1h15 - Muriers</p> <p style="text-align: right;">02</p>	<p>14H30 Qi gong - 1h - Muriers</p> <p style="text-align: right;">03</p>

[Lien d'accès pour s'inscrire](#)