

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.....10€
- Gymnastique adaptée15€
- Relaxons-nous dans les bois.....10€
- Conseil en image par la colorimétrie.....40€
- Maquillage rajeunissant.....20€
- Maquillage médical et correcteur.....20€
- Maquillage Individuel.....40€

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



CENTRE THERMAL
Avène

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 .



ATELIERS BIEN-ÊTRE ADULTES

- Initiation Hatha Yoga.....12€
- Initiation Qi Gong.....12€
- Initiation Sophrologie.....12€
- Réveillez votre corps en douceur7€
- Gym douce7€
- Gym dynamisante.....7€
- Initiation à la marche nordique7€

CONFERENCES

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

GRATUITES

LA NATURE AU CŒUR DU SITE THERMAL

- Balade en forêt, l'énergie des arbres
- 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

*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

Version du 27/02/2024



lundi 06	mardi 07	mercredi 08	jeudi 09	vendredi 10
	11h-12h30 Prendre soin de son cuir chevelu			
14h00-15h00 Initiation au Qigong	14h30-16h30 Prendre soin de ma peau et calmer mes demangéaisons	14h30 - 15h30 Initiation à la sophrologie		
	16h00 - 17h00 Initiation au Yoga Hatha			
	17h-18h30 Réunion d'informations sur la cure thermale			





Lieux des séances :

 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 le site internet
-  A l'espace animation les Mûriers
-  ateliers.thermes.avene@pierre-fabre.com
-  04.67.23.37.54 (Ateliers)/ 04.67.23.46.30 (Espace animation les Mûriers)



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.....10€
- Gymnastique adaptée15€
- Relaxons-nous dans les bois.....10€
- Conseil en image par la colorimétrie.....40€
- Maquillage rajeunissant.....20€
- Maquillage médical et correcteur.....20€
- Maquillage Individuel.....40€

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



CENTRE THERMAL
Avène



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 .



ATELIERS BIEN-ÊTRE ADULTES

- Initiation Hatha Yoga.....12€
- Initiation Qi Gong.....12€
- Initiation Sophrologie.....12€
- Réveillez votre corps en douceur7€
- Gym douce7€
- Gym dynamisante.....7€
- Initiation à la marche nordique7€

CONFERENCES

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

GRATUITES

LA NATURE AU CŒUR DU SITE THERMAL

- Balade en forêt, l'énergie des arbres
- 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

*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



lundi 13	mardi 14	mercredi 15	jeudi 16	vendredi 17
	<p>10h00 - 10h50 Séance indiv. colorimétrie</p> <p>11h00 - 12h00 Séance indiv. Maquillage</p>	<p>9h30 - 10h20 Séance indiv. colorimétrie</p> <p>11h-12h30 Relaxons-nous dans les bois</p>	<p>11h30 - 12h30 Séance indiv. Maquillage</p>	<p>11h00 - 12h30 Mieux gérer son stress et se sentir plus apaisé</p>
<p>14h00 - 16h00 Visite Unité de production et présentation du laboratoire de l'eau 04.67.23.46.30</p> <p>16h00 - 17h00 Balade "Les oiseaux du parc"</p>	<p>14h30 - 15h30 Initiation à la Sophrologie</p> <p>16h00 - 17h00 Initiation au Yoga Hatha</p>	<p>14h00 - 15h30 Alimentation, une alliée pour le capital santé de votre peau</p> <p>14h30 - 16h30 Maquillage rajeunissant</p> <p>15h00-16h30 Balade Botanique</p> <p>16h00 - 17h30 Alimentation après un cancer</p>	<p>14h00-15h00 Initiation au Qigong</p> <p>15h00-16h30 Art manuel "Ma maison au naturel"</p> <p>14h00 - 15h00 Mobilité bras et épaules en piscine</p> <p><i>Post-cancer</i></p> <p>15h30-17h00 Gym adaptée <i>Post-cancer</i></p> <p>17h00-18h30 Gym adaptée <u>Ouvert à tous</u></p> <p>15h00 - 16h30 Maquillage médical</p> <p>14h30 - 16h00 HEALTH WORKSHOP adults, children</p>	<p>14h00 - 15h30 Méridiens et équilibre émotionnel</p> <p>14h00 - 15h30 Initiation à la marche nordique</p> <p>16h00- 17h30 Mieux gérer son stress et se sentir plus apaisé</p> <p>16h00- 17h00 Gym douce</p>





Lieux des séances :

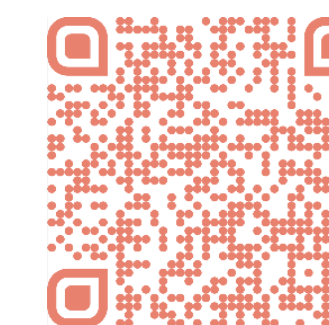
 Centre thermal

 Espace animation les Mûriers

Renseignements et inscriptions :

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

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



Sous réserve de disponibilités de places