

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 (auto-hypnose)..... 10€
- Méridiens et équilibre émotionnel.... **Nouveau!**..... 10€
- Relaxons-nous dans les bois (sophrologie dans les parc thermal)..... 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 .



Programme EczA'Gère accessible **uniquement** sur les dates suivantes : Du 8 au 27 avril / Du 8 au 27 juillet / Du 29 juillet au 17 août / Du 5 au 24 août / Du 21 octobre au 9 novembre

ATELIERS BIEN-ÊTRE ADULTES

- Initiation Hatha Yoga.....12€
- Initiation Qi Gong.....12€
- Initiation Sophrologie.....12€

CONFERENCES

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

GRATUITES

LA NATURE AU CŒUR DU SITE THERMAL

- 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.avenne@pierre-fabre.com

ATELIERS SANTE ET BIEN-ÊTRE

Semaine du 19 au 23 août



lundi 19	mardi 20			mercredi 21		jeudi 22			vendredi 23	
	11h00-12h00 Séance indiv. colorimétrie			11h00-12h00 Prendre soin de ma peau Enfants	11h00-12h00 Séance indiv. maquillage	11h-12h30 Maquillage médical et correcteur ADOS			11h00 - 12h30 Mieux gérer son stress et se sentir plus apaisé (auto- hypnose)	
	14h30 - 16h30 Prendre soins de ma peau et calmer mes démangeaisons ADULTE	14h30 - 16h30 Maquillage rajeunissant	14h30 - 15h30 Initiation à la Sophrologie	14h00 - 15h00 Mobilité bras et épaules en piscine Post-cancer	14h-15h30 Conférence activité physique et santé	14h00 - 15h00 Mobilité bras et épaules en piscine Post-cancer	14h30 - 16h00 Alimentation, une allié pour le capital santé de votre peau	14h00-15h00 Qi Gong	14h-16h Prendre soins de ma peau et calmer mes démangeaisons ADOS	14h00 - 15h30 Méridiens et équilibre émotionnel
	16h30 - 17h30 Sophrologie Enfants		16h00 - 17h00 Initiation au Yoga Hatha	15h30-17h00 Gym adaptée Post-cancer	16h00 - 17h30 Alimentation après un cancer	15h30-17h00 Gym adaptée ouvert à tous		15h30 - 17h00 Relaxons-nous dans les bois	16h00 - 17h00 Balade nature Les petites bêtes de l'eau	16h00- 17h30 S'exprimer sur son vécu grâce à l'art thérapie Post-cancer
								17h00 - 18h30 Réunion d'informations sur la cure thermale		

 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

 A l'espace animation les Mûriers

 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

