NOS INTERVENANTS



Retrouvez les activités de chaque intervenant selon sa couleur.

Mme Claude CORMY

Sophrologie, relaxologie, prof de Yoga Nidra, Thérapies psychocorporelles, Naturopathie-iridologie, réflexologie plantaire et vertébrale, massages bien-être ...

Lilavati G.

Bio-esthétique, soins naturels visage et corps, accompagnement de l'Image et du Soi, méthode EPE ...

Jean-Baptiste FAIVRE

Ortho-bionomy®, maïeusthésie

Stéphanie BRIENNE

EFT, hypnothérapeute, énergéticienne www.stephaniebrienne.com

A ce programme peuvent s'ajouter en cours de trimestre d'autres activités, conférences, stages... Restez informés en nous suivant sur notre page FB ou sur le site internet!

LES SOURCES DU BIEN-ETRE

Un Espace de professionnels dédié aux Soins de Soi

Lieu d'accueil Ateliers, conférences, stages, animations ...

Vous avez une activité dans le bien-être et vous souhaitez la partager ?

Contactez-nous!

Suivez toutes nos actus sur la page
Sources du Bien-Etre Vesoul



98, BD DES ALLIES -VESOUL

www.sourcesdubienetre-vesoul.com

LES SOURCES DU BIEN-ETRE

Un Espace de professionnels dédié aux Soins de Soi

ATELIERS ACTIVITES

Septembre à Décembre 2022

98, BD DES ALLIES - VESOUL

www.sourcesdubienetre-vesoul.com

INSCRIPTION

NOM :	
PRENOM :	
ADRESSE :	
TELEBUIANE	
TELEPHONE :	
MAIL :	
IVIAIL :	•••••
Je souhaite m'inscrire aux ateliers suivants :	
□ Yoga Nidra & méditation	• -
□ Relaxation & sophro	
□ Alimentation saine	□ Parent-Enfant

Les règlements se font les jours d'atelier directement auprès de l'intervenant, par chèque ou espèces.

Merci de détacher et de renvoyer votre bon d'inscription par mail ou par courrier : contact@sourcesdubienetre-vesoul.com

- Les Sources du Bien-Etre, 98 boulevard des Alliés 70000 Vesoul.

Les activités aux Sources du Bien-Etre s'inscrivent dans le respect des dispositions sanitaires et légales actuelles ; au plaisir de vous retrouver en bonne santé! Prenez soin de vous.



ATELIERS

Atelier Relaxation dynamique d'Osho & Yoga Nidra:

Samedi 1^{er}/10, 03/12, de 10h à 12h30.

- Groupe fermé, 7 participants max.
- 33€ /atelier

Nouveau !

Atelier Parent-Enfant:

Un temps d'échange privilégié pour se reconnecter ensemble: météo des émotions, petits jeux pour lâcher le mental, libération des émotions, relaxation en mouvement ...

- Deux dimanches par mois, de 10h à 11h : 02/10, 09/10, 06/11, 13/11, 27/11, 11/12.
- Enfant de 5 à 10 ans accompagné d'un ou deux parents.
- Participants: 3 duos min, 7 duos max.
- 15€ /séance

Nouveau

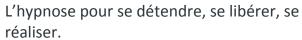
Ateliers Yoga Nidra & Méditation :

- Un jeudi sur deux (semaines paires), de 18h à 19h30 en groupe fermé et un vendredi sur deux (semaines paires) de 17h30 à 18h45 en groupe ouvert.
- 8 participants max.
- 8€ /séance.
- Un samedi par mois en atelier-découverte : mini-conférence 10h à 10h30, expérimentation pratique 10h30 à 12h, groupe ouvert, les 17/09, 15/10, 19/11.
- Participation libre, inscriptions sous 48h.

Atelier Relaxation Dynamique & Sophrologie:

- Les lundis de 18h15 à 19h30 et les mercredis de 18h30 à 19h45 (hors vacances scolaires).
- Nouveau : le mercredi de 15h30 à 17h
- Participants: 4 min, 10 max.
- 8€ /séance

Atelier Découverte de l'hypnose : O



Samedi 1^{er}/10, de 14h à 15h.

- Participation libre

Nouveau !

Atelier Alimentation saine:

Découvrir et expérimenter le « comment manger mieux », clé de voute d'une bonne santé, selon les saisons et les tempéraments, de façon ludique.

- Certains jeudis, de 18h30 à 20h : 29/09, 27/10, 24/11.
- 10€ /séance

FORMATION



Sam 15 & dim 16/10

Formation EPE – 3^{ème} module Groupe fermé. Avec Christian Tonnon. www.consiliencebienetre.net