

## DES CONFERENCES...



*Le rajeunissement ou le retour de votre vitalité*  
Nanou DUGGAN

**10H00 - 10H30**

### *Découverte des plantes médicinales*

Karine VANDENHELSKEN (phytothérapeute)



**10H30 - 11H30**

### *Voyage entre femmes en Tanzanie*

Sandrine CURATI RIOS



### *La Gestion du stress*

Catherine JUANEDA (sophrologue)



**11H30 - 12H30**

### *Les gens heureux ont leurs petits secrets*

Vanessa MIELCZARECK (auteur - conférencière)



### *La femme et le deuil*

Claire Bazin (psychothérapeute)



**13h30 - 14h30**

### *Découvrez une méthode naturelle anti-stress*

Brigitte MOLITOR (énergéticienne)



### *La réflexologie faciale*

Christian MAILLAVAL



**14h30 - 15h30**

### *Trouver sa place dans le monde du travail*

Carol Luyten



### *Femme et automobile ?*

France Dholander



**15h30 - 16h30**

### *Avec les fleurs, découvrez et gérez vos émotions !*

France Rousseau (spécialiste élixirs floraux)



### *Astrologie: « l'année 2014 sera étonnante et détonante »*

Bernadette Beltran (astrologue)



## DES ATELIERS...



« Mieux dans ma peau avec la sophro. Ose et viens faire ta sophro-pause ! »  
Avec Marie Baudean, sophrologue.

**10H00 - 10H30**



**10H30 - 11H30**

### *Le réveil sensuel :*

Comment et pourquoi prendre soin de soi dès le matin.

Avec Claudie Morizot.



**11H30 - 12H30**

Comment retrouver confiance en soi (séance de relaxation de 30 min)

Avec Catherine Juaneda, sophrologue.



**13H30 - 14H30**

### *« Le rire est la musique préférée du cœur »*

selon Guy Corneau

Atelier du rire avec Marie Baudean, sophrologue.

**14H30 - 15H30**

### *Etre belles et rondes*

Avec Sylvie Laurent, coach en image.



**15H30 - 16H30**

### *Atelier d'auto-maquillage*

Avec Isabelle Ast-Garraga, coach relooking.

