



Venez découvrir un large panel de pratiques autour du bien-être, proposées par des professionnels locaux passionnés

Osez tester, expérimenter, poser vos questions :

Les intervenants seront là pour vous accueillir, vous guider et vous faire découvrir leurs disciplines dans une ambiance bienveillante et détendue.

Et si cette année, vous offriez du bien-être ?

Pensez y pour Noël, un anniversaire ou simplement pour faire plaisir à vos proches (ou à vous-même !) : Achetez une séance bien-être à tarif réduit directement auprès des praticiens présents !

Nous vous attendons nombreux pour une après-midi dédiée au bien-être et à la santé

# FORUM DU BIEN-ÊTRE

SAMEDI 22 NOVEMBRE 2025

13H30-18H

*Yoga*  
*Sophrologie*  
*Relaxation*  
*Bien-être*  
*Reflexologie*

**Salle des sports Yannick Noah**

22 rue Jean Jaures

*Entrée libre et gratuite*  
*Inscriptions sur place*



Activités physiques adaptés et bien être

### **Vers ta santé**

Ambiance éphémère et féerique à domicile

### **Eféemeroom**

Art Thérapie avec la méthode Zentangle

### **ArtFlowzen-Anne-Flore Villette**

Bibliothérapie

### **Bibliothèque de Maurecourt**

Bien-être

### **Essentiel NRJ**

Coaching adolescents, parents et professionnels de l'éducation

### **Neodyssée**

Coaching en développement personnel et professionnel

### **&SensÊtre**

Coaching personnel et professionnel  
Bilan de compétences

### **Ak coaching**

Gestalt Massage® et Aromathérapie

### **Marie Kamp**

Guidance, cartomancie et analyse design humain

### **You Heart Light**

Microbiologiste - formation au bien-être digestif

### **Chafia H**

Produits bien être, compléments alimentaire, soins du visage, parfums

### **Biaunat**

Réflexion plantaire

### **À la conquête de mon corps**

Relaxation - Yoga - Massage Ayurvedique

### **Les arts de l'être**

Sophrologie

### **Mon voyage intérieur**

Sophrologie

### **Sosopho**

Hypnose

Imaginologie

LaHochi - Reiki Usui

Nutrition santé

Poplitime - Massage à domicile pour Adultes et Enfants

Réflexologie palmaire et plantaire

Relaxation Dynamique-Yoga du Rire-Arts créatifs

**Association Arts du Bien-être 78**



**Les inscriptions aux ateliers  
ouvriront à 13h30,  
directement sur place le jour  
du Forum du bien-être !**

*S'accorder un  
moment pour soi,  
c'est offrir au monde  
la meilleure version  
de soi-même*

En plus des ateliers présentés sur leur stand, les professionnels vous proposent des ateliers individuels ou en petit groupe !

## **ATELIERs Petite salle**

<b>INITIATION AU DESIGN HUMAIN ET PRÉSENTATION/CONFiance.....</b>	13h45-14h15
<b>SOPHROLOGIE.....</b>	14h30-15h00
<b>BIBLIOTHÉRAPIE.....</b>	15H15-15H45
<b>MA BOUSSOLE POUR BIEN VIELLIR...</b>	16h00-16h30
<b>EXPLORER LES ACCORDS TOLTÈQUES : UN VOYAGE D'AUTOÉVALUATION .....</b>	16H45-17H30

*Half*

<b>ATELIER SENSORIEL DÉGUSTATIF DE SAVEURS AUTOUR DE L'ALIMENTATION AUGMENTÉE FRANÇAISE .....</b>	15h00-15h30
---	-------------

## **CONFÉRENCEs Grande salle**

<b>MASSAGE DES ENFANTS À BESOINS PARTICULIERS (TDAH, HPI, TSA....).....</b>	14h00
<b>DEMYSTIFIER L'HYPNOSE.....</b>	14h45
<b>VOYAGE AU COEUR DE VOTRE IMAGINAIRE, UN OUTIL PUISSANT DE TRANSFORMATION.....</b>	15h30
<b>NUTRITION SANTÉ: PLEINE SANTÉ.....</b>	16h15
<b>LE YOGA DU RIRE - LES BIENFAITS ?.....</b>	17h00