

Découvrez  
le programme

**ENTRÉE LIBRE**  
RESTAURATION SUR PLACE

 Vendredi 13 Octobre

Ateliers - Conférences - Table Ronde

# 1 salon BIEN ETRE POUR TOUS

13 & 14  
OCTOBRE 2017  
9h00 - 19h00

RENDEZ-VOUS :  
Forum Armand Peugeot  
45 rue Jean Pierre Timbaud  
78300 POISSY

Thérapeutes  
Commerçants  
Entreprises

9h00 Atelier



**Antigymnastique :  
à la découverte de son corps**

Par Martine Haddad

9h45 Conférence



**Comment améliorer les conditions  
de vie au travail ?**

Par Mélanie Monkerhey et Audrey Miagat

10h30 Atelier



**Massage Amma (assis)**

Par Eric Marty

11h15 Conférence



**Développer les forces de vos équipes**

Par Mélanie Monkerhey

12h00 Atelier



**Do in (auto-relaxation)  
Libérer les tensions musculaires**

Par Corinne Mellac

12h45 Conférence



**Organisation de Team building  
déco récup'**

Par Emilie Renault

13h30 Atelier



**Le lâcher prise par le yoga du rire**

Par Mélanie Monkerhey

14h15 Conférence



**Finir le burn-out, place à la sérénité**

Par Audrey Miagat

15h00 Atelier



**L'art-thérapie, à la découverte de sensation  
colorée**

Par Isabelle Rossigneux

15h45 Conférence



**Le souffle et le bien-être**

Par Laurent Chopin - Ancien coach de haut niveau (football et Triathlon)

16h40 Conférence



**Concilier vie professionnelle et vie privée**

Par Laurence Petit - Ecrivain et conférencière

17h30 Table Ronde



**La qualité de vie au travail : quelles pratiques  
et solutions dans leurs entreprises ?**

Intervenants : entreprises et Karl Olive, Maire de Poissy

 Vendredi 13 octobre dès 19h

# AFTER WORK POUR TOUS

 Samedi 14 Octobre

9h00 Atelier



**Le violoncelle dans la thérapie sonore**

Par Birgit Von Keller

9h45 Conférence



**La méditation : techniques et méthodes**

Par Jean-Marc Lesage

10h30 Atelier



**Massages : Ayurvédique, shiatsu, massage assis et réflexologie plantaire**

Par Audrey Miagat, Hubert Lemaréchal, Eric Marty et Patrica Leroy

11h30 Conférence



**Protection de son lieu de vie par les fleurs**

Conférence sur stand (Jardin de Célia)  
Par Romain Priovide

12h15 Atelier



**Nia : danse avec la vie**

Par Pascale Gilles

13h00 Conférence



**Harmonisation de son lieu de vie**

Par Virginie Giauchain

13h45 Atelier



**Qi Gong : synchronisation entre mouvements et énergie**

Par Alain Autret

14h15 Conférence



**Sophro-analyse des mémoires prénatales, de la naissance et de l'enfance**

Par Benoît Soucher

15h15 Atelier



**Yoga du rire pour tous**

Par Mélanie Monkerhey

16h00 Atelier



**Le Brain gym : un outil d'apprentissage pour les enfants**

Par Audrey Miagat et Pascale Gilles

16h45 Conférence



**Transformez votre stress en énergie**

Par Nicolas Boromé, 3<sup>ème</sup> au Championnat de France Elite,  
110 mètres haies

17h30 Atelier



**Reïki et Kinésiologie : soins énergétiques**

Par Patricia Leroy et Audrey Miagat

18h15 Conférence



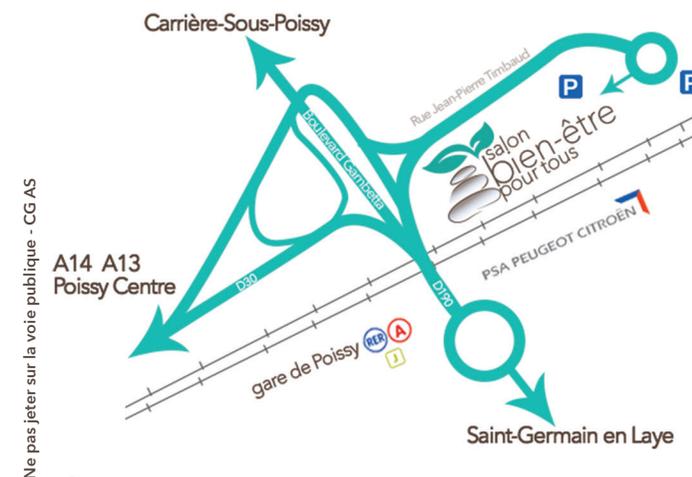
**Protégez-vous par le biais des pierres et de la méditation**

Par Valérie Brugnon



**Forum Armand Peugeot**

45 rue Jean Pierre Timbaud, 78300 Poissy



 salonbienetre78@gmail.com

 salon Bien Etre 2017 Poissy

