

CP Salon soi et créativité

Bonjour

Samedi 5 avril, Chennevières-sur-Marne organise la 2ème édition du Salon Soi et créativité. Au programme des ateliers bien-être (diététique, initiation au yoga et au pilate, sensibilisation santé mentale...), des ateliers de do it yourself (confection de déodorant) et de la vente d'articles.

Samedi 5 avril - de 14h à 19h - Espace municipal Jean Moulin (rue des Fusillés de Chateaubriant) - Entrée libre

Programme et inscription sur www.chennevieres.com

Au programme :

14h15 : atelier de sensibilisation santé mentale, par Clarissa Vaste, formatrice Premiers secours en santé mentale PSSM

14h30 : Atelier confection de déodorants, par Hélène Robin, socio-esthéticienne

15h : atelier diététique, par Laura Bensimon, diététicienne

16h : conseil en image, par Hélène Robin, socio-esthéticienne

16h : atelier découverte "Mon soutien-gorge et moi" : les bons réflexes avant achat d'un soutien-gorge, prendre ses mesures correctement, lire un tableau de mensuration, par Eurédice de DICE sur DICE,

16h30 : initiation au yoga Ashtanga avec Sonia (SK Yoga & Pilates). Les participants doivent apporter leur tapis et une bouteille d'eau.

17h : atelier diététique, par Laura Bensimon, diététicienne

17h : atelier de sensibilisation santé mentale, par Clarissa Vaste, formatrice Premiers secours en santé mentale PSSM

17h30 : soins de mains, par Hélène Robin, socio-esthéticienne

17h30 : Conférence avec Régine Daireaux Demarthes et Nicole Navarro, autrices de "Mon bébé curieux, confiant et créatif".

18h : atelier découverte "Mon soutien-gorge et moi" : les bons réflexes avant achat d'un soutien-gorge, prendre ses mesures correctement, lire un tableau de mensuration, par Eurédice de DICE sur DICE,

18h : initiation aux Pilates avec Sonia (SK Yoga & Pilates). Les participants doivent apporter leur tapis et une bouteille d'eau.

MAIRIE DE CHENNEVIÈRES COMMUNIQUÉ DE PRESSE

Votre contact

Karen Lafitte

Direction de la communication

Mairie de Chennevières sur Marne

01 75 65 10 53

karen.lafitte@chennevieres.fr