

JOURNÉE EUROPÉENNE



de l'**obésité**
Et si on prenait soin de soi ?

ENTRÉE ET
ATELIERS GRATUITS
DE 11H À 17H

vendredi 18 mai 2018

STOP AU MASSACRE DES RÉGIMES !

Échange autour des régimes à la mode, l'influence des médias et de la société, l'été qui arrive, avec avis et conseils d'experts sur ce sujet.

DÉGUSTONS ENSEMBLE

Initiation à la dégustation en pleine conscience et en aveugle !
Une expérience originale proposée en petits groupes.

SE RECONNECTER À SOI

- Prendre du plaisir à travers le mouvement : nous vous invitons à découvrir la marche nordique proposée par l'association sportive US Talence, en partenariat avec l'association Prof'APA (séances découverte de 11 à 12h et de 16 à 17h - inscription sur place) Possibilité d'effectuer un bilan de forme-santé
- Atelier Podologie : venez visionner, analyser votre marche et votre posture avec un expert, pour trouver une solution personnalisée en cas de problème.
- Découverte de la sophrologie à travers des séances d'initiation proposées tout au long de la journée.
- Massage bien-être : découverte du massage AMMA

IMMERSION AU BLOC OPÉRATOIRE :

Échanges autour de la chirurgie de l'obésité de 14h à 16h

Événement proposé par l'équipe de l'Institut Mutualiste de l'Obésité et ses partenaires (podologues, masseuse bien-être, association Prof APA, association sportive US Talence, sophrologue, Mutualité Française Nouvelle Aquitaine.....)



Pavillon de la Mutualité
Mutualité Française Gironde
Clinique Mutualiste de Pessac

46, av du Docteur Schweitzer - 33600 PESSAC
Tél. 05 56 46 56 46

