



Journée de l'obésité des maladies chroniques du Loiret

Sam. 14 avril 2018
SARAN // salle des fêtes
À partir de 9 h 30

GRATUIT
TOUT PUBLIC



c O r p... s

CONFÉRENCES / MISE EN BEAUTÉ /
RELAXATION / ACTIVITÉ PHYSIQUE /
ATELIERS CUISINE / MASSAGE /
ÉCHANGES / STANDS...

Informations et inscriptions sur :
<http://loiret.franceolympique.com>

Saran



{ Ensemble, vivons notre ville ! }

www.ville-saran.fr



Journée de l'obésité des maladies chroniques du Loiret

Sam. 14 avril 2018
SARAN // salle des fêtes
À partir de 9 h 30

GRATUIT
TOUT PUBLIC



c O r p... s

CONFÉRENCES / MISE EN BEAUTÉ /
RELAXATION / ACTIVITÉ PHYSIQUE /
ATELIERS CUISINE / MASSAGE /
ÉCHANGES / STANDS...

Informations et inscriptions sur :
<http://loiret.franceolympique.com>

Saran



{ Ensemble, vivons notre ville ! }

www.ville-saran.fr

11h - 12h

- Pause cuisine**
recettes pour les petits creux
- Cuisinons des makis**
- Relaxation - sophrologie**
- Café discussions**
animé par les associations de patients
- Animations Jeunes**
- Gym douce danse**
- Balade en vélo**
- Coaching Sport Santé**
- Conseil en image**
- Regarde-moi dans les cheveux !**

15h - 16h

- Pause cuisine**
recettes pour les petits creux
- Cuisinons des makis**
- Auto-massage**
- L'obésité : c'est quoi pour moi ?**
- Animation ultime :**
bougeons en famille
- Gym douce danse**
- Circuit Training Sport Santé**
- Coaching Sport Santé**
- Conseil en image**
- Regarde-moi dans les cheveux !**

PROGRAMME

Choisissez vos ateliers !
(une possibilité par horaire)

les conférences

10h - 11h - Dr Amiot
Le sommeil

- Animations Jeunes**

14h - 15h - Dr Mezzine
La chirurgie plastique et esthétique

- Animations Jeunes**

16h - 17h

- Cuisinons des makis**
- Auto-hypnose**
- Café discussions**
animé par les associations de patients
- Tennis Sport Santé**
- Balade en vélo**
- Coaching Sport Santé**
- Conseil en image**
- Regarde-moi dans les cheveux !**



12h - 13h

- Cuisinons des makis**
- Auto-hypnose**
- Prendre confiance en soi**
- Animations Jeunes**
- Musculation Santé**
- Activités ballon**
- Coaching Sport Santé**
- Conseil en image**
- Regarde-moi dans les cheveux !**

17h - 18h

- Cuisinons des makis**
- Le mandala**
- Prendre confiance en soi**
- Qi Gong**
- Gym en extérieur**
- Conseil en image**
- Regarde-moi dans les cheveux !**

À partir du 14 mars,
inscriptions possibles sur :
<http://loiret.franceolympique.com>

11h - 12h

- Pause cuisine**
recettes pour les petits creux
- Cuisinons des makis**
- Relaxation - sophrologie**
- Café discussions**
animé par les associations de patients
- Animations Jeunes**
- Gym douce danse**
- Balade en vélo**
- Coaching Sport Santé**
- Conseil en image**
- Regarde-moi dans les cheveux !**

15h - 16h

- Pause cuisine**
recettes pour les petits creux
- Cuisinons des makis**
- Auto-massage**
- L'obésité : c'est quoi pour moi ?**
- Animation ultime :**
bougeons en famille
- Gym douce danse**
- Circuit Training Sport Santé**
- Coaching Sport Santé**
- Conseil en image**
- Regarde-moi dans les cheveux !**

PROGRAMME

Choisissez vos ateliers !
(une possibilité par horaire)

les conférences

10h - 11h - Dr Amiot
Le sommeil

- Animations Jeunes**

14h - 15h - Dr Mezzine
La chirurgie plastique et esthétique

- Animations Jeunes**

16h - 17h

- Cuisinons des makis**
- Auto-hypnose**
- Café discussions**
animé par les associations de patients
- Tennis Sport Santé**
- Balade en vélo**
- Coaching Sport Santé**
- Conseil en image**
- Regarde-moi dans les cheveux !**



12h - 13h

- Cuisinons des makis**
- Auto-hypnose**
- Prendre confiance en soi**
- Animations Jeunes**
- Musculation Santé**
- Activités ballon**
- Coaching Sport Santé**
- Conseil en image**
- Regarde-moi dans les cheveux !**

17h - 18h

- Cuisinons des makis**
- Le mandala**
- Prendre confiance en soi**
- Qi Gong**
- Gym en extérieur**
- Conseil en image**
- Regarde-moi dans les cheveux !**

À partir du 14 mars,
inscriptions possibles sur :
<http://loiret.franceolympique.com>

D'autres activités en parcours libre : ergothérapie, maquillage, massage bien-être, stands, échanges.



D'autres activités en parcours libre : ergothérapie, maquillage, massage bien-être, stands, échanges.

