



Proposé par : **Branchés Bien-Être Sport**

Participants : Tout public

Durée : 2 heures

Date : Dimanche 5 mars

Horaire : 10h

Lieu : rendez-vous au
parking du Gymnase Chanu
77680 Roissy en Brie



📌 Branchés Bien-Être Roissy en Brie
✉ branchesbienetre.roissy@gmail.com

Marche à pied

Jolie petite balade de 2h dans la forêt régionale de Ferrières.

Prévoir une tenue adaptée : **de bonnes chaussures et une petite bouteille d'eau.**



« beaucoup plus qu'une activité... un sport ! »



**Proposé par : Branchés Bien-Être
Sport
et son coach Lilian**

**Participants maximum au cours :
40 personnes**

Durée : 1 heure

Date : Lundi 6 mars

Horaire : 20h30

**Lieu : Gymnase Les Sapins
77680 Roissy en Brie**



 Branchés Bien-Être Roissy en Brie
 branchesbienetre.roissy@gmail.com

Renforcement musculaire

Venez prendre de l'énergie pour la semaine. Nous vous attendons !



« Soyez plus forts que vos excuses ! »



Proposé par : Amitié-Nature
Le Club existe depuis juin 1986

Participants maximum: 25 personnes

Durée : 1 heure 30

Date : Mercredi 8 mars

Horaire : 14h

Lieu : rendez-vous devant la
supérette de Pontcarré



Ville de
Pontcarré

Bon pour l'esprit et le corps !

Une heure de randonnée, deux jours de santé.

Bouger, s'aérer, marcher c'est vivre.

En randonnée, vous découvrirez des endroits invisibles en voiture, mais aussi des animaux, des fleurs...

Se mouvoir c'est aussi dépenser de l'énergie donc bon pour la santé.



 Branchés Bien-Être Roissy en Brie
 branchesbienetre.roissy@gmail.com



«**Marcher, c'est prendre
le temps de vivre !**»



Proposé par : Ariane Guinard

Les Jardins d'Eladriel

ariane.guinard@gmail.com

Participants : 7 équipes à faire en famille ou entre amis

Durée : 1 heure 30

Date : Samedi 11 mars

Horaire : 10h

7 départs par équipe toutes les 5 minutes de 10h15 à 10h45

Lieu : Salle des Fêtes

Grande Rue 77135 PONTCARRÉ



Ville de
Pontcarré

 Branchés Bien-Être Roissy en Brie

 branchesbienetre.roissy@gmail.com

Atelier Jeu de piste

Munis d'un plan et de précieuses indications, vous allez réaliser un parcours, collecter des indices et ainsi découvrir un trésor !!

Un jeu pour mieux connaître ; le village de Pontcarré, ses richesses historiques et naturelles...

Et bien sûr vous amuser en famille ou entre amis, tout en faisant du sport.

Chaque équipe sera composée de maximum 8 personnes.



« Juste là où vous êtes est le bon endroit pour commencer »

Proposée par Guillaume Liénart
06 27 30 38 11

Participants : 30 personnes maximum

Durée : 1 heure 30

Date : Samedi 11 mars

Horaires : 10h

Lieu : Salle des Fêtes

Grande Rue 77135 PONTCARRE



Ville de
Pontcarré

 Branchés Bien-Être Roissy en Brie
 branchesbienetre.roissy@gmail.com

Balade à vélos

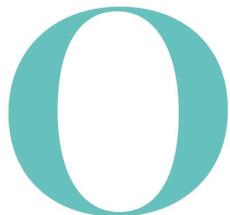
Venez rejoindre une équipe dynamique alliant plaisir et convivialité pour une balade vélo d'une heure dans et autour de Pontcarré

Prérequis:

- Pré-inscription
- Casque obligatoire
- Vélo en état de marche



« Testez le vélo en toute
simplicité »



BODYNOV

Proposé par Emmanuelle SAUNIER
info@bodynov.com

Participants maximum : 8 femmes

Durée : 1 heure

Date : Samedi 11 mars

Horaires : à 10h et à 14h

Lieu : Salle des Fêtes

Grande Rue 77135 PONTCARRÉ



Ville de
Pontcarré

Inscription obligatoire

f Branchés Bien-Être Roissy en Brie

✉ branchesbienetre.roissy@gmail.com

Atelier Être belle avec ses formes

Savoir associer les bonnes couleurs, motifs et matières de vêtements est important pour se sentir belle et bien dans corps.

Cet atelier ludique et de partage, est là pour vous apporter de nombreux conseils et astuces afin de retrouver une meilleure image et estime de soi.

Vous repartirez avec des conseils faciles à reproduire chez soi qui vous donneront l'envie de prendre soin de vous et d'essayer une ou plusieurs façons de vous habiller.



« Venez découvrir des conseils
et astuces pour vous sentir belle au
quotidien »

Proposé par **Pascaline Payette**
lesbonnesmanieres.dog

Participants maximum :
12 chiens sociables maximum –
nombre d'humains illimité

Durée : 45 minutes de présentation et
démo - ateliers jusqu'à 12h30

Horaires : 10h

Lieu : Devant la Salle des Fêtes
Grande Rue 77135 PONTCARRE



Ville de
Pontcarré

Inscription **obligatoire**

 Branchés Bien-Être Roissy en Brie
 branchesbienetre.roissy@gmail.com

Démonstrations et Ateliers : Bouger avec mon chien !

Pour être bien dans
ses pattes,
un chien a besoin
en moyenne de
6h d'activité
par jour



Pour notre santé,
Nous devrions
faire au moins
30mn de sport
par jour

Faisons-le
ensemble !

Il n'y a pas que les balades et les balles dans la vie ! Découvrez des activités pour bouger avec votre chien avec les sports et loisirs canins. Nous parlerons aussi de comment se débarrasser des problèmes de chiens qui tirent pour que les sorties soient un vrai plaisir pour tout le monde. Après la présentation, nous vous proposerons de petits ateliers pour essayer avec votre chien !



« Des activités qui
ont du chien ! »



proposé par **Céline ANTONIONI**
Celinehypnocoach.com

Participants maximum: 25 personnes

Durée : 30 minutes

Date : Samedi 11 mars

Horaires : 10h30

Lieu : Salle des Fêtes

Grande Rue 77135 PONTCARRÉ



Ville de
Pontcarré

 Branchés Bien-Être Roissy en Brie
 branchesbienetre.roissy@gmail.com

Conférence Bien vivre ses formes

Comment bien vivre avec ses formes ?

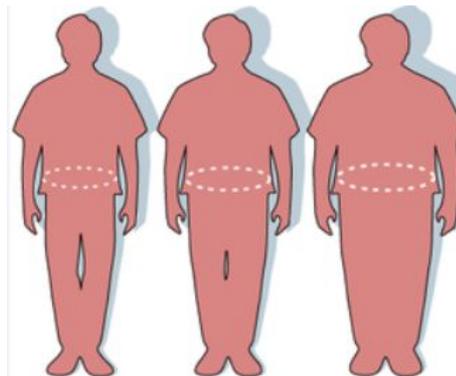
Pourquoi sommes-nous si mal dans notre relation avec nos formes ?

Que cache le poids ou les troubles alimentaires ?

Quelle est l'histoire de votre corps ?

Bien souvent, le corps physique cherche l'équilibre pour répondre à une problématique psychologique.

Je répondrai sur les aspects psychosomatiques de la relation avec ses formes.



«Lâcher la culpabilité derrière
la prise de poids»



Association
Les Bobine's
Ateliers couture

Proposé par Catherine CAZAUX

Date : Samedi 11 mars

Horaires : 10h00 - 13h00

Lieu : Salle des Fêtes- salle Toffolie
Grande Rue 77135 PONTCARRE



Ville de
Pontcarré

Branchés Bien-Être Roissy en Brie
branchesbienetre.roissy@gmail.com

Visite atelier Couture

Nous pouvons tous être bien habillés quel que soit notre poids. Que ce soit une taille 40 ou une taille 56...il est possible de trouver des vêtements qui nous vont bien et où nous sommes à l'aise. Il suffit de connaître les coupes qui nous conviennent le mieux et choisir celles qui donnent une allure élégante. Les pantalons amples, les robes fluides et les chemises longues sont des exemples de vêtements qui peuvent nous aider à nous sentir bien dans notre corps et à nous montrer sous notre meilleur jour. En choisissant un style qui nous convient et en optant pour des couleurs qui flattent notre teint et notre silhouette, nous pouvons être à la fois à la mode et à l'aise.

Vous avez du mal à trouver ? Pas de souci ...
Fabriquez-le vous-même !
Cet atelier a pour objectif de n'avoir besoin de personne pour se sentir à l'aise dans nos vêtements.
Voyez le résultat sur les mannequins exposés !



«En surpoids, nous pouvons être
élégant, se respecter soi-même comme
être respecté»

Proposé par Philippe BRAJDIC

Participants à l'initiation:

1 à 2 personnes (à partir de 15 ans)

Date : Samedi 11 mars

Horaires : de 10h à 17h30

Démo: 10 minutes

Horaires : à 11h et 15h

Lieu : Salle des Fêtes

Grande Rue 77135 PONTCARRE



Ville de
Pontcarre

Démonstrations et initiation - Découvrir l'AïKIDO -

L'Aïkido est un art martial principalement axé sur des mouvements d'esquives et basé sur un travail respiratoire.

La pratique s'adapte à toutes les morphologies. Nul besoin d'être fort ou particulièrement souple.

Notre approche est d'utiliser la technique comme un outil déstressant afin de lâcher prise et libérer le mental.

Il n'y a pas de compétition, nos principes sont : accueillir, accepter, accompagner et (s') apaiser.



 Branchés Bien-Être Roissy en Brie
 branchesbienetre.roissy@gmail.com



«S'autoriser une victoire sur
soi-même»

Proposé par Françoise POUGET

Facebook: @saveurs et nutrition

Participants maximum : 25 personnes

Durée : 1 heure

Date : Samedi 11 mars

Horaires : 11h15

Lieu : Salle des Fêtes

Grande Rue 77135 PONTCARRÉ



Ville de
Pontcarré

Conférence Equilibre alimentaire

“Il faut manger équilibré.” Ce message que nous entendons et lisons depuis des années ressemble à un sésame magique qui nous permettrait de ne jamais avoir de problèmes de poids ni de santé.

C'est une réalité, que ce fameux équilibre alimentaire a des vertus bienfaites pour notre santé. Mais qui est-il vraiment ? Souvent il fait peur. Peur de la frustration et de la lassitude alimentaire. Peur d'être privé de tous les aliments que nous adorons manger et qui nous font vraiment plaisir.

Je ferai tomber beaucoup d'idées reçues et montrerai qu'**équilibre alimentaire rime surtout avec plaisir.**

Puis, je répondrai à vos questions pendant le mini-repas proposé par P'tite Cuisine.



VS



Branchés Bien-Être Roissy en Brie
 branchesbienetre.roissy@gmail.com



«Que ton alimentation soit ta
meilleure médecine.»

Proposé par : Séverine SERAYET

Participants maximum : 25 personnes

Durée : 45 minutes

Date : Samedi 11 mars

Horaire : 11h30

Lieu : Salle des Fêtes

Grande Rue 77135 PONTCARRE



Ville de
Pontcarré

Inscription obligatoire

 Branchés Bien-Être Roissy en Brie

 branchesbienetre.roissy@gmail.com

Atelier Voyage sonore

Bien-être et relaxation pour mieux vivre et mieux être.
Laissez-vous transporter par le pouvoir des sons et des vibrations.

Venez vibrer pour lâcher prise.



« Libérez-vous du stress et des
Tensions de la vie quotidienne »



Proposé par : **BBE Sport**
branchesbienetre.roissy@gmail.com

Participants : tout public

Date : Samedi 11 mars

Horaires : 13h30-17h

Lieu : Parvis salle des Fêtes

Grande Rue 77135 PONTCARRE



Ville de
Pontcarré

 Branchés Bien-Être Roissy en Brie
 branchesbienetre.roissy@gmail.com

Parcours type biathlon

Dans un cadre ludique, le parcours sera proposé au choix :

- sans enjeu
- seul et chronométré
- par deux
- en équipe de relais



« Le sport un bien pour le corps et l'esprit »



Proposé par : Amitié-Nature
Le Club existe depuis juin 1986

Participants maximum : 20 personnes

Durée : 1 heure 30

Date : Samedi 11 mars

Horaire : 14h

Lieu : rendez-vous devant la salle des fêtes de Pontcarré



Ville de
Pontcarré

Balade pour se dégourdir les jambes

Découvrir la randonnée et prendre l'air en forêt, environ 6 km.
Deux parcours sont prévus, en fonction de la météo.

Prérequis:

- chaussures de marche
- vêtement de pluie
- bouteille d'eau



La randonnée renforce le squelette et les articulations

La randonnée limite les risques cardio-vasculaires

La randonnée lutte contre le surpoids et l'obésité

La randonnée libère la respiration

La randonnée entretient les muscles

La randonnée renforce le système immunitaire

La randonnée fortifie le cerveau

La randonnée diminue les accidents

La randonnée redonne le moral



«La randonnée
éveille les sens»

 Branchés Bien-Être Roissy en Brie
 branchesbienetre.roissy@gmail.com



Atelier Balade Contée

Proposé par : Ariane Guinard

Les Jardins d'Eladriel

ariane.guinard@gmail.com

Participants maximum : 20 personnes

Durée : 1 heure

Date : Samedi 11 mars

Horaire : 14h

Lieu : Salle des Fêtes

Grande Rue 77135 PONTCARRÉ



Ville de
Pontcarré

Les beaux jours arrivent, rien de tel qu'une promenade le matin pour se remettre en forme...

Cet atelier vous propose une petite marche sous les arbres, agrémentée de belles histoires.

Histoires de plantes, histoires de bêtes, histoires magiques...

Allons accueillir le printemps, tous les sens en éveil!!!



Inscription obligatoire

 Branchés Bien-Être Roissy en Brie
 branchesbienetre.roissy@gmail.com



«Les histoires qu'on aime le plus
vivent en nous pour toujours»



Conférence Conséquences médicales de l'obésité

Proposé par : Dr Alexandre Cortès

<https://www.ghef.fr/nos-specialites/obesite-dr-cortes>

Participants : 25 personnes maximum

Durée : 1 heure

Date : Samedi 11 mars

Horaire : 14h

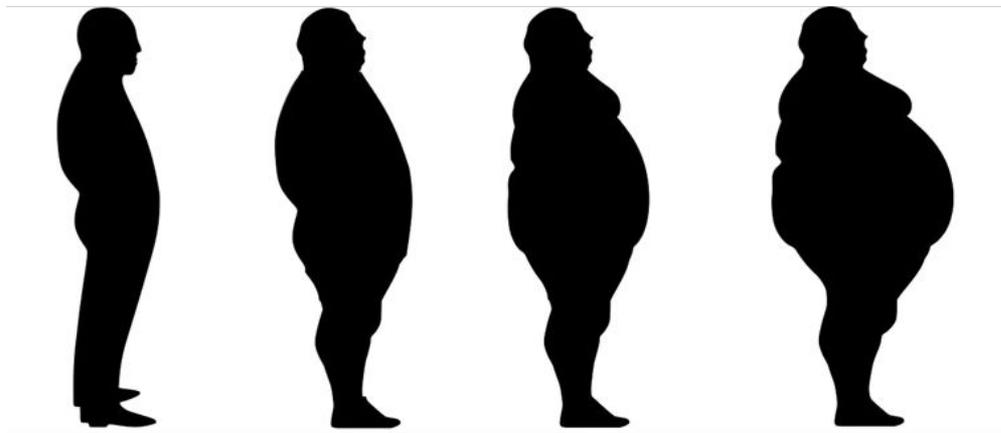
Lieu : Salle des Fêtes

Grande Rue 77135 PONTCARRÉ



Ville de
Pontcarré

Le Dr Cortès s'implique au quotidien dans la lutte contre l'**obésité** avec son équipe. Il prodigue à ses patients des conseils de prévention, les sensibilise à avoir une alimentation équilibrée, les incite à pratiquer un sport régulièrement. Lorsque la prévention n'est pas suffisante, la chirurgie prend le relais. Dans tous les cas, les patients suivent un traitement spécifique et personnalisé de la prise en charge jusqu'au traitement post-opératoire.



 Branchés Bien-Être Roissy en Brie
 branchesbienetre.roissy@gmail.com



« Bien manger, c'est le début du bonheur »

**Présidente association :
Guillaume Liénart**

Participants : tout public

Date : Samedi 11 mars

Horaires : 14h-17h

Lieu : Salle des Fêtes

Grande Rue 77135 PONTCARRE



Ville de
Pontcarré

 Branchés Bien-Être Roissy en Brie
 branchesbienetre.roissy@gmail.com

Relais kilomètres

Venez participer à ce défi sur home trainers durant l'après-midi.

L'objectif est de réaliser le plus de kilomètres sans arrêter ... à vos mollets !



« Je ne peux pas, j'ai vélo ! »



Bénévole : Céline pôle obésité

Participants : adultes

Date : Samedi 11 mars

Horaires : 14h00 - 17h00

Lieu : Salle des Fêtes

Grande Rue 77135 PONTCARRÉ



Ville de
Pontcarré

 Branchés Bien-Être Roissy en Brie
 branchesbienetre.roissy@gmail.com

simulateur d'obésité

Le simulateur d'obésité : mettez-vous à la place d'une personne en surpoids, afin de comprendre le quotidien des personnes en situation d'obésité



« prendre la place pour
changer de regard »



Atelier Fleurs de Bach : Emotions et alimentation

Proposé par Pascaline Payette
bachtome.fr

Participants maximum : 8 personnes

Durée : 1 heure

Date : Samedi 11 mars

Horaires : 15h

Lieu : Salle des Fêtes

Grande Rue 77135 PONTCARRÉ



Ville de
Pontcarré

Inscription obligatoire

Branchés Bien-Être Roissy en Brie
branchesbienetre.roissy@gmail.com

« Je mange mes émotions. » Enfin non pas exactement, mais je sais que ce sont elles qui me conduisent droit vers le frigo ou le placard.

Les Fleurs de Bach et la florithérapie proposent une approche naturelle et bienveillante de la gestion des émotions. Le but ? Les identifier, les comprendre et ainsi mieux les gérer, avec l'aide des 38 Fleurs.

Quelle émotion me fait aller dans le frigo ? Le stress, la peur, la colère ? Parlons-en ensemble.



Après avoir évoqué les fleurs qui pourraient vous convenir, vous pourrez repartir avec votre flacon de mélange personnalisé.



« Traiter la personne, non le mal.
Traiter la cause, non les effets. »

Dr Edward Bach



Proposé par Dr Alexandre Vairinho

Participants: 25 personnes maximum

Durée : 45 minutes

Date : Samedi 11 mars

Horaires : 15h30

Lieu : Salle des Fêtes

Grande Rue 77135 PONTCARRE



Ville de
Pontcarré

Conférence Chirurgie esthétique

Perdre beaucoup de kilos après un régime ou après une chirurgie bariatrique est déjà une grande victoire.

La chirurgie esthétique a pour but de corriger les séquelles du passé en traitant par exemple les excès de peau, le relâchement musculaire et/ou les seins tombants.



 Branchés Bien-Être Roissy en Brie
 branchesbienetre.roissy@gmail.com



« La chirurgie peut parfois nous donner un coup de pouce dans l'acceptation de son corps »

Force et Forme : Atelier de Renforcement Musculaire Adapté

Proposé par Faren SEBAS

Participants maximum : 25 personnes

Tout public

Durée : 1 heure

Horaire : 15h30

Date : Samedi 11 mars

Lieu : Salle des Fêtes

Grande Rue 77135 PONTCARRE



Ville de
Pontcarré

Cet atelier de renforcement musculaire est conçu pour tous les niveaux de forme physique. Il se concentre sur l'amélioration de la force musculaire à travers des exercices adaptés pour chacun. Ils nous permettent de développer notre équilibre, notre stabilité et notre endurance musculaire tout en travaillant sur les groupes musculaires clés.



Branchés Bien-Être Roissy en Brie
branchesbienetre.roissy@gmail.com



« Renforcez votre corps,
Améliorez votre vie »



Proposé par Céline ANTONIONI
Hypnothérapeute avec pratique de la
PNL et DNR
Celinehypnocoach.com

Participants maximum : 10 personnes

Durée : 50 minutes

Date : Samedi 11 mars

Horaires : 16h30

Lieu : Salle des Fêtes

Grande Rue 77135 PONTCARRÉ



Inscription obligatoire

 Branchés Bien-Être Roissy en Brie

 branchesbienetre.roissy@gmail.com

Atelier Hypnose

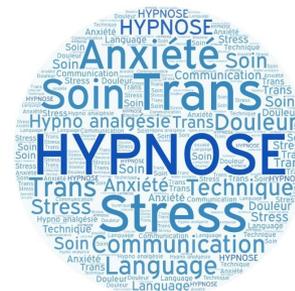
Je proposerai une hypnose relaxation, afin de faire découvrir les bienfaits de l'hypnose.

Je répondrai également aux diverses interrogations sur cette pratique.

Et j'expliquerai en quoi l'hypnose est un outil efficace dans la perte de poids.

Comment régler ses blocages inconscients ?
Pourquoi je ne maigris pas ou je ne grossis pas ?

Comment régler ses conflits intérieurs ?



«Il y a toujours une raison
consciente ou inconsciente»



Fondatrice : Angelina Paturel
Harmonaiticienne
angelinaharmonaiticienne.fr

Participants maximum: 20 personnes

Durée : 1 heure

Date : Samedi 11 mars

Horaire : 16h30

Lieu : Salle des Fêtes

Grande Rue 77135 PONTCARRE



Ville de
Pontcarré

L'art du Qi Gong

Il y a 6000 ans...

Les maîtres asiatiques ont découvert qu'en associant le corps et l'esprit vers une intention et un souffle, ils augmentaient leur espérance de vie.

Le qi gong s'est exporté dans les années 70 en France.
Et aujourd'hui, nous découvrons à notre tour ses bienfaits.

L'esprit apaisé, le corps centré, le renforcement musculaire...
la conscience d'un corps heureux.



Inscription obligatoire

 Branchés Bien-Être Roissy en Brie

 branchesbienetre.roissy@gmail.com



«Se connecter à son souffle de
paix intérieure»



Proposé par : **Branchés Bien-Être**
branchesbienetre.roissy@gmail.com

Participants : Tout public

Durée : 3 minutes

Date : Samedi 11 mars

Horaires : 10h00 - 17h00

Lieu : Salle des Fêtes

Grande Rue 77135 PONTCARRÉ



Ville de
Pontcarré



Vélo Smoothies

L'animation la plus fun et éco-responsable. Réaliser vos jus de fruits et smoothies.

Les fruits offerts par la maison PHILIBON de RUNGIS



Facebook Branchés Bien-Être Roissy en Brie
branchesbienetre.roissy@gmail.com



“une animation éco-responsable”



**Proposé par Harley Carole
chocolaterie**

2 rue de la Canarderie CC SUPER U,
77680 Roissy-en-Brie

harley.carole@gmail.com

Date : Samedi 11 mars

Horaires : 10h00 - 17h30

Lieu : Salle des Fêtes

Grande Rue 77135 PONTCARRÉ



Ville de
Pontcarré

Rencontre avec les chocolats d'Emma

Les gourmands vont pouvoir déguster un chocolat **sans sucre**.

Carole a été distinguée en 2013 par la Chambre de Commerce et d'Industrie de Seine-et-Marne. Elle faisait partie du trophée des finalistes pour les nombreux produits sans sucre qu'elle vend dans sa chocolaterie.

“ Mon père aime beaucoup le chocolat mais il est diabétique, explique-t'elle. Du coup, il en mange rarement. Il m'a semblé logique de vendre des produits pour les personnes qui ont le même problème que lui.”

Dans son magasin, vous trouverez une gamme “classique” ainsi qu'un large choix de produits sans sucre et allégés en matière grasse dont confitures et pâtes à tartiner



 Branchés Bien-Être Roissy en Brie
 branchesbienetre.roissy@gmail.com



« Naturellement chocolat »



Proposé par Audrey Lavergne

<https://audreylavergne77.wixsite.com/2016>

Participants maximum :

Tout public / en individuel

Durée : 15 minutes

Date : Samedi 11 mars

Horaires : 10h00 - 17h30

Lieu : Salle des Fêtes

Grande Rue 77135 PONTCARRÉ



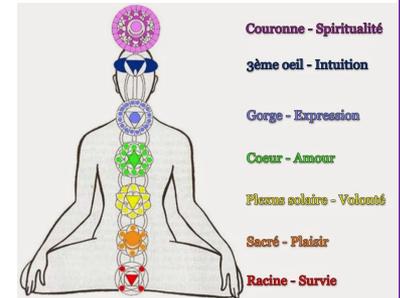
Ville de
Pontcarré

Atelier Reiki

Les auto-traitements et la philosophie de Reiki sont des solutions qui, au quotidien, vous procurent un retour aux sources et une réelle connexion avec vous-même.

Quand nous nous apercevons que notre image mentale ne correspond pas à notre image corporelle ou l'inverse, le Reiki aide à :

- Identifier les causes directes (stress, anxiété, conflit, ...)
- Identifier les maladies connexes (exemple : hypothyroïdie)
- Comprendre s'il y a des troubles de l'alimentation
- Se libérer des pensées limitantes (moqueries entre enfants, projection des pensées des adultes, ...)
- Comprendre le lien avec sa propre image corporelle pour identifier ses peurs (manque, regard des autres, ...)
- (re)Communiquer avec soi et comprendre si des situations particulières sont à l'origine de la prise de poids (choc émotif, situation stressante, manque d'activité physique pour cause de blessure, ...)



 Branchés Bien-Être Roissy en Brie

 branchesbienetre.roissy@gmail.com



«Laisse toi glisser sur
la vague de la vie »

Mon Conseil Naturo
par Claire Torre

La Ménopause au Naturel



Proposé par Claire TORRE
mon-conseil-naturo.fr

Participants maximum par séance : 1
personne

Durée : 15 minutes

Date : Samedi 11 mars

Horaires : 10h00 - 17h30

Lieu : Salle des Fêtes

Grande Rue 77135 PONTCARRE



Ville de
Pontcarré

 Branchés Bien-Être Roissy en Brie
 branchesbienetre.roissy@gmail.com

Séance Drainage lymphatique Manuel à visée bien-être

Le drainage lymphatique manuel à visée bien-être du visage permet de lutter contre l'acné, l'acné rosacé ou encore la couperose et avoir un teint lumineux « effet lifting ». Les rides sont estompées et les cernes atténuées.

Il est possible de faire un drainage lymphatique manuel à visée bien-être du corps qui lui consiste à :

- Favoriser l'élimination des tensions physiques
- Réguler la rétention d'eau
- Apaiser la sensation de jambes lourdes
- Réduire l'état de stress ou d'anxiété
- Améliorer la circulation sanguine
- Améliorer la circulation de la lymphe
- Drainer les toxines accumulées
- Stimuler la vitalité de votre corps
- Équilibrer et renforcer votre capital énergétique.
- Dégonfler les tissus
- Réduire la cellulite
- Supprimer une partie de la graisse du ventre



« Un massage doux et qui
ne fait pas mal ! »



Proposé par Sophie ALEXANDRE

<https://www.facebook.com/fifigrime.free>

Instagram: @sophiefigrime

Date : Samedi 11 mars

Horaires : 10h00 - 17h30

Lieu : Salle des Fêtes

Grande Rue 77135 PONTCARRE



Ville de
Pontcarré

Atelier maquillage artistique

Une animation festive pour les petits comme pour les grands : couleurs et paillettes seront au rendez-vous.



 Branchés Bien-Être Roissy en Brie
 branchesbienetre.roissy@gmail.com



« Du fun dans votre
journée »



Proposé par Monia BRAHAM

Instagram : dermonya

Facebook : Dermonya Dermopraticienne

Date : Samedi 11 mars

Horaires : 10h00 - 17h30

Lieu : Salle des Fêtes

Grande Rue 77135 PONTCARRE



Ville de
Pontcarre

Rencontre avec soi

Opération d'après des chirurgies
Changement qui marque la peau (vergetures/cicatrices)

Prise de poids ou perte de poids.

Autant de circonstances qui perturbent le regard et la confiance que l'on porte à son corps et rendent difficile celui des autres. Deux techniques sont particulièrement adaptées :

Dissimulation des cicatrices par la dermopigmentation ou à la stimulation de collagène.



Branchés Bien-Être Roissy en Brie

branchesbienetre.roissy@gmail.com



«Oubliez les traces sur votre corps et reprenez confiance !»



Proposée par Constance Devincré

Date : Samedi 11 mars

Horaires : 10h00 - 17h30

Lieu : Salle des Fêtes

Grande Rue 77135 PONTCARRÉ



Ville de
Pontcarré

 Branchés Bien-Être Roissy en Brie
 branchesbienetre.roissy@gmail.com

Exposition de sculptures autour des rondeurs

L'art et la sculpture nous libèrent et permettent l'évasion du quotidien : nous exposerons des sculptures avec mise en valeur du corps humain et ses formes.

Atelier démo par Hélène et Constance d'une sculpture en cours.



« L'art sublime les rondeurs, les
rondeurs subliment la femme »