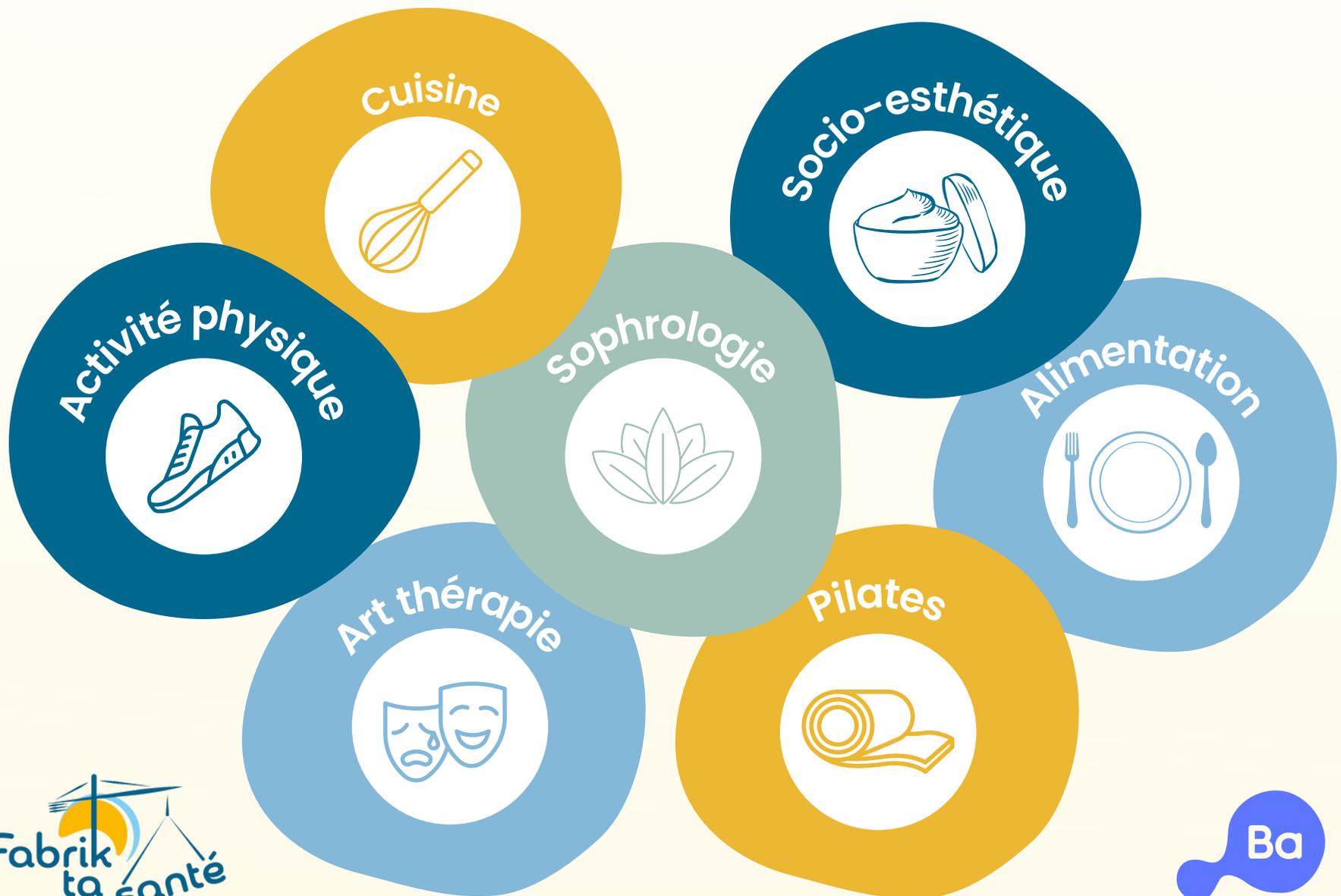


# Semaine découverte des ateliers Fabrikta santé

Du 7 au 13 mars 2022

Gratuit



# Lundi 7 mars

- 12h00 – 13h00 : Gym j’y vais, avec Carine
- 13h00 – 14h00 : Conférence interactive sur le plaisir de manger, avec Ana
- 19h00 – 20h00 : Activité physique adaptée, avec Line
- 20h00 – 21h00 : Rela(x) chez vous, atelier de sophrologie, avec Elodie

# Mardi 8 mars

- 12h00 – 13h00 : Séance de gym douce, avec Chloé
- 19h00 – 20h00 : Conférence interactive sur les dépendances alimentaires, avec Ana

# **Mercredi 9 mars**

- 12h00 – 13h00 : Découverte de la sophrologie, avec Véronique
- 13h00 – 14h00 : Activité physique adaptée, avec Line
- 19h00 – 20h00 : Séance de gym douce, avec Chloé
- 19h00 – 20h00 : Atelier Astuces du chef, avec Gérald

# **Jeudi 10 mars**

- 12h30 – 13h30 : Activité physique adaptée, avec Line
- 19h30 – 20h30 : Rela(x) chez vous, atelier de sophrologie, avec Elodie

## **Vendredi 11 mars**

- 13h00 - 14h00 : Séance de pilate, avec Chloé

## **Samedi 12 mars**

- 11h30 - 12h30 : Atelier de cuisine, avec Emmanuelle

## **Dimanche 13 mars**

- 10h00 - 11h00 : Rela(x) chez vous, atelier de sophrologie, avec Elodie
- 18h00 - 19h00 : Atelier de socio-esthétique, Prenez soin de vous, avec Michèle

**Vous souhaitez vous  
inscrire à un ou plusieurs  
ateliers ?**

**Rejoignez gratuitement  
la communauté**

**Fabriktasanté Découverte  
sur [www.barnabe.io](http://www.barnabe.io) !**

# **En savoir plus sur Fabriktasanté**

**Fabriktasanté accompagne les personnes en situation d'obésité ou de surpoids et offre aux patients chroniques la possibilité de bénéficier d'accompagnements santé et bien-être pour mieux vivre au quotidien.**

**Barnabe.io est la plateforme numérique partenaire de Fabriktasanté.**