

FABRIKTASANTÉ

PRÉSENTE SES CYCLES D'ATELIERS A PITHIVIERS
(MARS-JUIN 2024)



En France 1 patient sur 5 souffre de **maladie chronique** (diabète, obésité, cancer, dépression, asthme...). **Fabriktasanté** améliore leur qualité de vie en proposant des ateliers collectifs s'appuyant sur le concept d'Education Thérapeutique.

Fabriktasanté se mobilise et invite les personnes vivant avec une maladie chronique à participer à des cycles d'ateliers santé & bien-être en séances collectives à partir du 14 mars.

Participez à des ateliers collectifs en présentiel sur les thématiques suivantes : Gym oxygène et Yoga Thérapie

Au programme :

- Du 14 mars au 18 avril : les jeudis de 17h30 à 18h30 **Yoga Thérapie** avec Cécile Fabie (Yoga Thérapeute) à la salle des fêtes de Pithiviers.
- Du 15 avril au 17 juin : les lundis de 17h30 à 18h30 **Gym Oxygène** avec Camille Isnard (Enseignante en Activité Physique Adaptée) au parc de Bellecour à Pithiviers.

S'inscrire aux ateliers

L'inscription se fait en contactant le **06 29 21 88 90** ou l'adresse suivante : fabriktasante@gmail.com

La première séance de chaque cycle est gratuite et ouverte à tous.
Une adhésion annuelle de 25 euros à Fabriktasanté est ensuite demandée.

A propos des thématiques

Yoga Thérapie : La Yoga Thérapie vous accompagne vers un mieux-être global. Elle permet de développer des ressentis physiques agréables grâce aux postures, à la respiration et à la relaxation. Elle permet de vous libérer des tensions accumulées dans le corps et de la charge émotionnelle qui peut y être liée.

Je vous invite à venir mobiliser votre corps en douceur, pour permettre à vos émotions de circuler plus librement et dans le même temps de développer des pensées plus sereines.

Gym Oygène : Rejoignez l'atelier Gym Oxygène pour engager, fortifier et étirer l'ensemble de votre corps.

Explorez des activités telles que le Bungy Pump et la Marche Nordique, combinées à des séances plus classiques de renforcement musculaire et de cardio-training en extérieur !

Pour toutes informations, vous pouvez nous contacter :

Lou Philippeau - Responsable de la communication
06 33 88 14 97 - lphilippeau@appuisanteloiret.fr

Nos réseaux sociaux :



@Fabrikasanté



@fabrikasante



Fabrikasanté

Notre site internet :



fabrikasante.fr