



Le salon du Bien-Être à Éragny

Samedi 5 et dimanche 6 avril 2025

L'association Osez-être organise son traditionnel *Salon du Bien-Être*, les **5 et 6 avril prochain à la salle des Calandres**.



Rendez-vous à la salle des Calandres pour découvrir les nombreux exposants présents. Praticiens de médecines douces et professionnels dans l'accompagnement au mieux-être vous accueilleront et vous conseilleront sur tous les sujets touchant au bien-être : psychothérapeutes, sophrologues, coachs en développement personnel, en nutrition, énergéticiens...

Vous aurez également l'occasion de participer à des conférences, des cours de yoga ou de sports, vous faire masser, ou encore de découvrir une sélection de produits locaux, proposés à la vente.

Au programme :

Samedi 5 avril /

10h - 10h45 : Yoga

11h - 11h45 : Brain ball

12h : Musique des plantes

13h : Les bienfaits de l'eau - Fleurs de Bach

13h45 : Atelier diététique - Lâcher prise et mieux gérer les stress avec l'hypnose

14h30 : Massage du visage

15h15 : Atelier massage parents enfants

16h : Se protéger des énergies négatives et remonter son taux vibratoire

17h - 18h : Le pouvoir caché des mémoires périnatales - Comprendre son impact sur notre développement

18h : Bain sonore

Dimanche 6 avril /

10h - 10h45 : Renforcement musculaire doux

11h - 11h45 : Yoga enfant

12h - 12h45 : Bibliothérapie

13h - 13h45 : Atelier découverte de la sophrologie

14h - 14h45 : Yoga du rire

14h45 - 15h15 : L'approche systématique : une nouvelle façon de comprendre vos relations

15h15 - 16h : Osez être vous même - L'estime de soi

16h - 16h45 : Facilitatrice intuitive

17h - 17h30 : Conférences sur les annales akashiques

17h30 - 18h : Innerdance transe consciente

Infos pratiques

Samedi 5 avril - de 9h à 19h

Dimanche 6 avril - de 10h à 18h

Salle des Calandres - Rue de la Papeterie

Entrée libre

Documents

[Programmation samedi 5 avril - Salon du Bien-Être 2025](#)

[Programmation dimanche 6 avril - Salon du Bien-Être 2025](#)

Contact

Renseignements : cabinetosezetre@gmail.com