



les ateliers du mois de septembre

PROGRAMME



GENOLIER
Centre de Soins de Support

SWISS MEDICAL NETWORK MEMBER

Les ateliers du mois de septembre

Inscriptions : le-centre@swissmedical.net ou +41 79 509 76 50

LUNDI 29 AOÛT

16h00 – 16h45

Méditation et sommeil

Adriana Di Pizzo
Thérapeute certifiée
Prix: sur donation

17h30 – 18h15

Méditation et concentration

Adriana Di Pizzo
Thérapeute certifiée
Prix: sur donation

MARDI 30 AOÛT

16h00 – 17h00

Escrime

Elégance et combativité pour mieux faire face au cancer

David Bozier
Maitre d'Armes formé en sport santé et cancer
Prix: CHF 30.-/personne

MERCREDI 31 AOÛT

JEUDI 1^{er} SEPTEMBRE

10h00 – 12h00

Atelier de soins des ongles, mains et pieds (incluant un massage thérapeutique)

Deborah Brun
Socio-esthéticienne diplômée
Prix: offert par Le Laboratoire La Roche-Posay

12h30-13h30

Cours de Hatha-Yoga

Donner du mouvement à son corps... sentir et ressentir...

Un flow pour plus de sérénité!

Intervenante externe
Professeure de Yoga certifiée
Prix: CHF 25.-/personne

17h00 – 18h00

Sonothérapie ou méditation sonore Soin énergétique à l'aide d'un bol chantant (effets secondaires des traitements, sommeil, douleur, etc.)

Eve Ossent
Sono thérapeute certifiée
Prix: CHF 25.-/personne

VENDREDI 2 SEPTEMBRE

10h00 – 11h30

Coaching en image (Séance 5)

Les freins de l'évolution: vos croyances limitantes

Isabelle Vallon
Conseillère en image et Coach en image de soi
Prix: CHF 25.-/personne

LUNDI 5 SEPTEMBRE

16h00 – 16h45

«Méditation du chocolat»

Manger du chocolat et combattre les pulsions, le grignotage

Adriana Di Pizzo
Thérapeute certifiée
Prix: sur donation

17h30 – 18h15

Présentation du programme:

Méditation et alimentation

Atelier découverte pour mieux gérer son alimentation

Adriana Di Pizzo
Thérapeute certifiée
Prix: sur donation

MARDI 6 SEPTEMBRE

16h00 – 17h00

Escrime

Elégance et combativité pour mieux faire face au cancer

David Bozier
Maitre d'Armes formé en sport santé et cancer
Prix: CHF 30.-/personne

MERCREDI 7 SEPTEMBRE

11h00 – 12h00

Programmation Neuro Linguistique (PNL)

Gérer son stress par des ancrages positifs

Christel Lafosse
Hypno-thérapeute PNL certifiée
Prix: CHF 25.-/personne

JEUDI 8 SEPTEMBRE

12h30 – 13h30

Cours de Hatha-Yoga

Donner du mouvement à son corps... sentir et ressentir...

Un flow pour plus de sérénité!

Intervenante externe
Professeure de Yoga certifiée
Prix: CHF 25.-/personne

VENDREDI 9 SEPTEMBRE

10h00 – 12h00

Look Good Feel Better

Atelier de maquillage: dessinez un sourire sur votre visage!

Isabelle Vallon
Conseillère en image et Coach en image de soi
Prix: Offert Fondation LGFB

13h30 – 15h00

Coaching en image (Séance 6)

Les freins de l'évolution: la gestion de vos peurs

Isabelle Vallon
Conseillère en image et Coach en image de soi
Prix: CHF 25.-/personne

Les ateliers du mois de septembre

Inscriptions : le-centre@swissmedical.net ou +41 79 509 76 50

LUNDI 12 SEPTEMBRE

16h00 – 16h45

Méditation et stress

Adriana Di Pizzo
Thérapeute certifiée
Prix: sur donation

17h30 – 18h15

Méditation et fatigue

Adriana Di Pizzo
Thérapeute certifiée
Prix: sur donation

MARDI 13 SEPTEMBRE

16h00 – 17h00

Escrime

Élégance et combativité pour mieux faire face au cancer

David Bozier
Maitre d'Armes formé en sport santé et cancer
Prix: CHF 30.-/personne

17h00 – 18h00

Coaching – Retour à l'emploi

Préparation du retour à l'emploi pendant et après les traitements

Christel Lafosse
Coach certifiée
Prix: CHF 25.-/personne

MERCREDI 14 SEPTEMBRE

11h00 – 12h00

Sophrologie et sommeil

Améliorez votre sommeil par des exercices de respiration et de relaxation

Christel Lafosse
Coach certifiée
Prix: CHF 25.-/personne

JEUDI 15 SEPTEMBRE

12h30-13h30

Cours de Hatha-Yoga

Donner du mouvement à son corps... sentir et ressentir...

Un flow pour plus de sérénité!

Intervenante externe
Professeure de Yoga certifiée
Prix: CHF 25.-/personne

14h00 – 15h00

Neuropathies périphériques causées par les chimiothérapies: que faire?

Christine Mabon
Ergothérapeute
Prix: offert

17h00 – 18h00

Sonothérapie ou méditation sonore

Soin énergétique à l'aide d'un bol chantant (effets secondaires des traitements, sommeil, douleur, etc.)

Eve Ossent
Sono thérapeute certifiée
Prix: CHF 25.-/personne

LUNDI 19 SEPTEMBRE

MARDI 20 SEPTEMBRE

16h00 – 17h00

Escrime

Élégance et combativité pour mieux faire face au cancer

David Bozier
Maitre d'Armes formé en sport santé et cancer
Prix: CHF 30.-/personne

MERCREDI 21 SEPTEMBRE

11h00 – 12h00

Hypnose et alimentation

Comment modifier ses habitudes alimentaires grâce à l'hypnose?

Christel Lafosse
Sophrologue certifiée
Prix: CHF 25.-/personne

JEUDI 22 SEPTEMBRE

12h30-13h30

Cours de Hatha-Yoga

Donner du mouvement à son corps... sentir et ressentir...

Un flow pour plus de sérénité!

Intervenante externe
Professeure de Yoga certifiée
Prix: CHF 25.-/personne

17h30 – 18h30

Café rencontre pour les Proches Aidants

Rachel Wand
Psychologue certifiée, spécialisée en thérapie systémique familiale
Prix: CHF 25.-/personne

VENDREDI 16 SEPTEMBRE

LUNDI 19 SEPTEMBRE

MARDI 20 SEPTEMBRE

MERCREDI 21 SEPTEMBRE

JEUDI 22 SEPTEMBRE

VENDREDI 23 SEPTEMBRE

Les ateliers du mois de septembre

Inscriptions : le-centre@swissmedical.net ou +41 79 509 76 50

LUNDI 26 SEPTEMBRE

MARDI 27 SEPTEMBRE

MERCREDI 28 SEPTEMBRE

JEUDI 29 SEPTEMBRE

VENDREDI 30 SEPTEMBRE

16h00 – 17h00

Escrime

Elégance et combativité pour mieux faire face au cancer

David Bozier

Maitre d'Armes formé en sport santé et cancer

Prix: CHF 30.-/personne

11h00 – 12h00

Coaching – Retour à l'emploi

Préparation du retour à l'emploi pendant et après les traitements

Christel Lafosse

Coach certifiée

Prix: CHF 25.-/personne

12h30-13h30

Cours de Hatha-Yoga

Donner du mouvement à son corps... sentir et ressentir...

Un flow pour plus de sérénité!

Intervenante externe

Professeure de Yoga certifiée

Prix: CHF 25.-/personne

13h30 – 15h00

Coaching en image (Séance 1)

Se reconnecter à soi : se choisir pour s'aimer

Isabelle Vallon

Conseillère en image et Coach en image de soi

Prix: CHF 25.-/personne

17h00 – 18h00

Sonothérapie ou méditation sonore

Soin énergétique à l'aide d'un bol chantant (effets secondaires des traitements, sommeil, douleur, etc.)

Eve Ossent

Sono thérapeute certifiée

Prix: CHF 25.-/personne