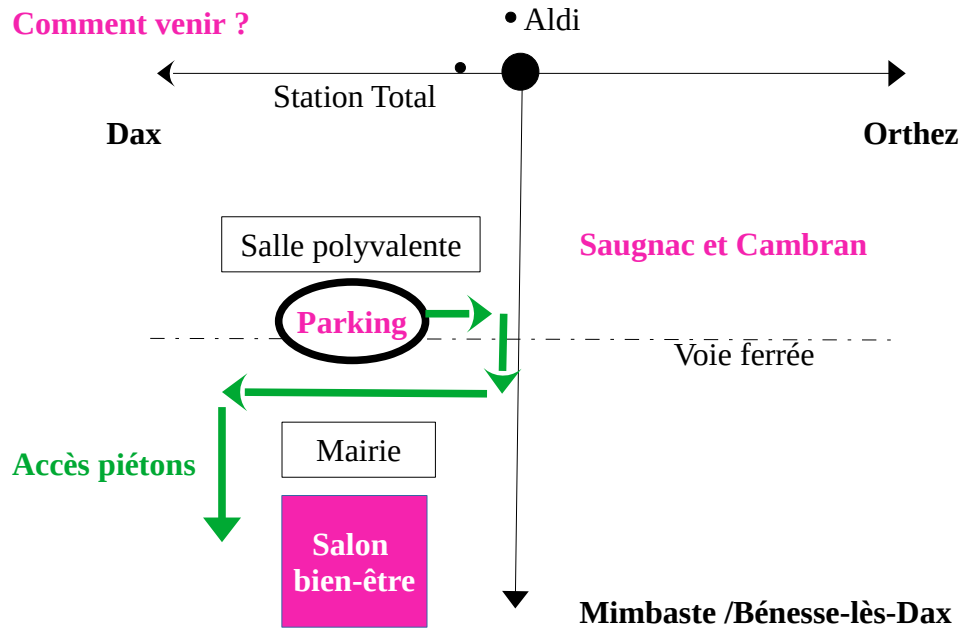


## Comment venir ?



Garez-vous sur le Parking avant la voie ferrée, la circulation est fermée aux voitures !

## RESTAURATION SUR PLACE

Assiettes d'huîtres / vin blanc avec « Olivoysters »

Poke bowls et plats à composer avec « Canard Landes »

Dégustation de marinades de légumes sur le stand  
« Les feuilles de chênes » de Tilh

« Les escargots de Jean-André » de Goos



Ne pas jeter sur la voie publique

# SAUGNAC ET CAMBRAN

## 15 SEPTEMBRE

### CONFÉRENCES / ATELIERS PRODUCTEURS / CRÉATEURS

+ de 40 exposants

ACTIVITÉS PHYSIQUES

COSMÉTIQUE BIO

THÉRAPEUTES

ALIMENTATION

EXPRESSION-ART

MASSAGES

1ère  
Edition

# SALON BIEN-ÊTRE

EN FAMILLE, ENTRE AMIS

## PARC DE LA MAIRIE

RESTAURATION SUR PLACE

# PROGRAMME

## Marché Créateurs et Producteurs de 9h à 18h30 + de 40 exposants

- 9h30 à 10h30 :** **Qi Gong pour tous**  
Avec Sylvie Chevalier (École Maternelle)
- 10h à 10h45 :** **Conférence sur la Méditation**  
Avec Annick Daret (Cantine)
- Chant parents-bébés - de 3 ans**  
Avec Sophie Chagneau (Ecole élémentaire)
- Astuces pour ranger 1 chambre enfant !**  
Avec Clémence Joly (Mairie)
- 11h à 12h :** **Les abdos ont bon dos ! 14 ans et+**  
Avec Elisabeth Alemany (École maternelle)
- Chants avec le Tambour Médecine**  
Avec Amélie Filatriau (Mairie)
- 11h à 12h30 :** **Ciné-débat autour de la Paternité**  
Avec Mariateresa Tibberio (Cantine)
- 13h30 à 14h30 :** **Conférence sur la Naturopathie + atelier**  
Avec Géraldine Conchez (Cantine)
- 14h à 15h :** **Explorer les petits sentiers de la mémoire !**  
Écriture thérapeutique, Isabelle San Juan (Mairie)

Les ateliers et les conférences sont gratuits sauf si prix indiqué !

**TOMBOLA** (lots offerts par les exposants)

## Animations en continu sur le parc :

- **Jeu de piste en famille** autour du parc, à récupérer au bar
- **Fresque commune** autour de la cabine téléphonique avec Hélène Laborie
- Réalisation de ton **tableau de pensées positives (4€)** Béatrice Auzemery
- **Fabrication d'un soin 100 % naturel** avec Lydie Israël (15€)
- **Jeux en bois et parcours sensitif pieds nus**

- 14h à 14h45 :** **Relaxation**  
Avec Elisabeth Alemany (École maternelle)
- 14h00 à 15h00 :** **Atelier de sons vibratoires Tout public**  
Avec Nathalie Blanchet (École élémentaire)
- 15h00 à 15h30 :** **Conférence « Le chanvre et ses bienfaits »**  
Avec Pierre Lacroix (Cantine)
- 15h30 à 16h30 :** **Théâtre « L'expression de soi par le je »**  
**Parents - enfants + de 8 ans**  
Avec Nathalie Blanchet (École maternelle)
- 16h à 17h :** **Conférence « L'hypersensibilité en faire 1 alliée »**  
Avec Edwige Grimal-Ellie (Cantine)
- Jeux d'attention et Méditation**  
**Parents-enfants 3 à 11 ans**  
Avec Annick Daret (École élémentaire)
- 16h à 16h45 :** **Optimiser le rangement de sa valise !**  
Avec Clémence Joly (Mairie)
- 17h à 18h30 :** **S'exprimer par la danse intuitive Femmes 14 et +**  
Avec Valérie Toulouse (École maternelle)
- 17h30-18h30 :** **Conférence sur la gestion émotionnelle**  
Avec Ludovic Rouquette (Cantine)