ANIMATIONS

Sur les stands des exposants
(Niveau 0)

BULLES D'ARGILE - Découverte et essai des bulles
CABINET DE LUXOPUNCTURE - Démonstration de soin en luxopuncture
CABINET CHIROPRATIQUE SAINT-JORIOZ - LEMETAYER Arnaud - Bilans posturaux chiropratiques
CHARLOTTE & VOUS - Séance découverte luminothérapie
DALBOUSSIERE Christel - Bilan micro-ostéo
ESTIME DE SOI - Massage amma assis
EVRARD Rachel - Interprétation d'un test mettant en lumière l'origine des blocages
FERRAUD Perrine - Dégustation de jus de légumes frais et biologiques
L'ATELIER DES CIMES - Atelier fabrication de stick à lèvre - Sur inscription : 10h - 15h - 16h - 17h
LE CHEMIN VERS SOI - ANCEL Christine La couleur des parfums, soins olfactifs
LIMELIFE BY ALCONE - Maquillage personnalisé
LUNAISSENCE - Créativité, dessins
MISS SAVON SUCRÉ - Médecine chinoise et tuina, fascia bien-être, reflexologie plantaire thaï, produits cosmétiques bio
OTHILIE NAILS - Pose de vernis semi-permanent avec nail art et réhaussement de cils
NATURHOUSE ALBERTVILLE - Les différents sucres présents dans nos aliments au quotidien. Découverte des sucres cachés
PROVENDIE Christelle - Activités manuelles pour enfants et jeunes à 10h - 11h - 14h - 15h - 16h
RESSOURCES & VOUS - Jeu sur inscription : séance de sophrologie à gagner
UN RDV POUR SOI - BOUDINET Pascale - Massage sur chaise

CONFÉRENCES

Salle multisport - Porte G
(Niveau 0)

10 h Cures de détox : bienfaits et types de cure FERRAUD Perrine
11 h Votre histoire de naissance a-t-elle des impacts sur votre vie actuelle ? EVRARD Rachel Neurothérapie EMDR
12 h Thérapies cognitives, détachement de traumatismes, hypnose Ericksonienne ABLARD PAYET Bernadette - L'ESSENTIEL DU BIEN-ÊTRE
13 h Bienfaits des curcuminoïdes sur la santé pour tous, principe actif du curcuma FILIPPI Françoise - CURCUM+
14 h Pleine conscience, méditation et pratiques laïques VALLET Laetitia - YogaMindA
15 h La santé est entre vos mains LEMETAYER Arnaud - CENTRE CHIROPRATIQUE SAINT-JORIOZ
16 h A la découverte de l'Ayurvéda BROISSAND Alain
17 h La cohérence cardiaque, un outil pour la santé STIEVENARD-GINGER Christine

ATELIERS

Dojo - Porte H (niveau 1)
ou Salle de danse - Porte I (niveau 1)

10 h - Dojo Présentation de la sophrologie et de l'hypnose. Séance découverte sur la gestion du stress ROUGIER Emilie - RESSOURCES & VOUS
11 h - Dojo Découverte du shiatsu (massage habillé par pression) VALLET Laetitia - YogaMindA
12 h - Danse Relaxation dynamique et sophro-relaxation ANCEL Christine - LE CHEMIN VERS SOI
13 h - Danse Méditation et pleine conscience : marche consciente, méditation guidée, mouvements conscients VALLET Laetitia - YogaMindA
16 h - Danse Yoga pré&post natal : prendre soin de maman et bébé par une approche yoga spécifique douce BOUCHER Marion - YogaMindA
17 h - Dojo Présentation de la sophrologie et de l'hypnose. Séance découverte sur la gestion du stress ROUGIER Emilie - RESSOURCES & VOUS
17 h - Danse Hatha yoga : Explorez les sensations du corps au gré des postures et placez votre souffle VALLET Laetitia - YogaMindA

foyer d'animation pour tous
UGINE

PROGRAMME

20 Dimanche mars 2022

Salle Festive - Ugine
9h30 > 18h30

Salon du Bien-être

- **40 exposants**
- **conférences**
- **ateliers**
- **animations**
- **repas local**

Entrée : 2€

UGINE

Création & Impression : CIP Communication Ugine

Foyer d'Animation pour Tous - 04 79 37 31 81
contact@fat-ugine.com - http://fat-ugine.com

LISTE DES EXPOSANTS

ALIMENTATION - DIÉTÉTIQUE

CLERC-PITHON Danielle - Amincissement Méthode Laurand
COURT CIRCUIT - Epicerie associative, produits bio et/ou locaux
CURCUM+ - FILIPPI Françoise - Explications et commercialisation des curcuminoïdes. Principe actif du curcuma
ECLAT DE VIE - Grainothèque. De la graine à l'assiette. Echange de graines de semences locales
KAOS GOURMANDISES - Gourmandises sans lactose, sans gluten, sans sucre ajouté, sans soja
L'ABEILLE NOIRE - Apiculteur récoltant dans le Var. Miels et produits de la Ruche
NATURHOUSE ALBERTVILLE - Mise en avant de nos différentes solutions pour perdre du poids et retrouver un confort grâce à nos packs bien-être

BEAUTÉ - COSMÉTIQUE

ASSOCIATION «SAFE» Soutien aux Actions de formation et d'Education - Huiles : argan, nigelle. Produits hammam : ghassoul. Produits dérivés de l'argan : crème jour et nuit
BULLES D'ARGILE - Exfoliant naturel en argile rechargeable et inusable
ESTIME DE SOI - Soins esthétiques, massages bien-être, cosmétiques, lithothérapie
H2O AT HOME - HALGAND Emmanuelle - Produits cosmétiques, hygiène, bain
L'ATELIER DES CIMES - Douceurs en savonneries, crèmes au lait d'ânesse, crèmes, bougies à la cire végétale...
LE P'TIT LABO - Fabrication de savons
LIMELIFE BY ALCONE - Conseils en utilisation et choix de cosmétiques
MISS SAVON SUCRÉ - Produits cosmétiques bio. Prise en charge globale corps et esprit
OTHILIE NAILS - Prothésiste ongulaire, esthéticienne : ongles, nail art, réhaussement de cils
RAMBAUD Nicolas - Crème du savoyard

DÉVELOPPEMENT PERSONNEL DU CORPS ET DE L'ESPRIT

ALYA RELIANCE - Thérapie holistique
BROISSAND Alain - L'Ayurveda, massages et soins ayurvédiques. Ateliers et stages
CABINET DE LUXOPUNCTURE - Luxopuncture : nouvelle génération d'acupuncture. Perte de poids, arrêt du tabac, stress, sommeil, ménopause, rajeunissement du visage
CENTRE CHIROPRATIQUE SAINT-JORIOZ - LEMETAYER Arnaud - Chiropracteur
CHARLOTTE & VOUS - Luxopuncture, luminothérapie, photothérapie, soins énergétiques
DALBOUSSIERE Christel - Micro-ostéo : Thérapie manuelle douce, fluidique
EVRARD Rachel, Neurothérapie (EMDR) - Praticienne en thérapie brève issue de l'EMDR
FERRAUD Perrine - Naturopathe et praticienne en réflexologie plantaire
GELIS Angélique - Réflexologue énergétique, soins énergétiques, harmonisation cranio-sacrée
HUDRY Géraldine - Naturopathe. Réflexologue plantaire. Massages
LE CHEMIN VERS SOI - ANCEL Christine - Sophrologie et soins holistiques
LES MAINS TURQUOISES - CHOMEL Maëlys - Praticienne en massage bien-être
L'ESSENTIEL du BIEN-ÊTRE - ALBARD PAYET Bernadette - Thérapies cognitives. Détachements des traumatismes. Hypnose
LUNAISSANCE - VATINELLE Marion - Hypnose et soins énergétiques
PROVENDIE Christelle - Art thérapeute. Activités manuelles pour enfants
RESSOURCES & VOUS - Sophrologie et hypnose, 2 méthodes psychocorporelles
ROSSI Odile, Consultante - Coach développement personnel et professionnel. Thérapie brève centrée solution.
UN RDV POUR SOI - BOUDINET Pascale - Massages traditionnels de relaxation
YOGAMINDA - Hatha Yoga, ayurveda, yoga pré&post natal, shiatsu, méditation de pleine conscience, cercles de femmes

ENFANCE - JEUNESSE

EVRARD Rachel, Neuropathie (EMDR) - Gestion des émotions pour enfants
LUNAISSANCE - VATINELLE Marion - Bien-être enfant, hypnose, art, dessin
PROVENDIE Christelle - Art thérapeute. Activités manuelles pour enfants
YOGAMINDA - Yoga pré&post natal

CONFORT - ENVIRONNEMENT

ENERGY'S STONES - SASSO Florence - Bijoux bioénergétiques - Primé médaille d'Or au Salon International des Inventions de Genève
H2O AT HOME - HALGAND Emmanuelle - Maison ambiance et moi. De l'extra dans l'ordinaire
HORTYSIANE - Diffuseurs d'huiles essentielles
LA TANIERE DE LIBEL - Conseil et vente de minéraux
L'ECO BOUTIQUE DE NEELA - Création d'articles textiles zéro déchet. Artisanat et écologie positive
MARTIN Julie - Minéraux et bijoux
MELISSA NATURE - Tisanes, huiles de massage, spray, sels de bain, huiles essentielles

REPAS LOCAL

Par Phil Cook At Home

Phil Cook At Home

Menu Végétarien	Taboulé tutti-frutti Moussaka de légumes Tarte aux pommes	13€
Menu Viande	Taboulé tutti-frutti Parmentier de canard Tomme de Savoie Tarte aux pommes	15€
SALON DE THÉ	Viennoiseries - Pâtisseries Café - Thé - Tisane Jus de pomme et poire Kéfir - Bissap - Bière - Vin	

Préparations proposées à partir de produits locaux avec le souci d'une cuisine équilibrée et diversifiée.
À consommer sur place dans la limite des stocks disponibles.

Prochain grand événement du F.A.T. : RENCONTRES ARTISTIQUES - du 20 au 22 mai 2022 - Espace Culturel place Montmain UGINE - Gratuit
10 expositions d'artistes sur 550 m2 - Ateliers créatifs - Démonstrations artistiques - Musique et danse - Projection cinéma