

THERMES DE CHALLES-LES-EAUX

Séjour **Aidants endométriose**



[**Nouveau**]



POURQUOI ?

Resserrer les liens, comprendre la maladie, prendre "soin de soi". Ce programme adapté pour les accompagnants ou aidants des femmes atteintes d'endométriose, les immergent dans une pause "parenthèse" et dans un temps de récupération pour ses personnes confrontées au quotidien avec la maladie.

UN PROTOCOLE DE SOINS, ACTIVITÉS
ET ATELIERS POUR RÉPONDRE À

2 OBJECTIFS

120 €*

Objectif 1

MIEUX COMPRENDRE L'ENDOMÉTRIOSE

Échange collectif et groupe de parole
Accompagnement consultation médecin

Objectif 2

SE RÉAPPROPRIER SON CORPS ET BÉNÉFICIER DE TECHNIQUES DE RELAXATION

- 1 Séance de sophrologie en duo
- 1 Séance collective de Pilates (60 min) **OU**
- 1 Séance collective de Yoga (60 min) **OU**
- 1 Séance collective de Yoga du Son (60 min)
- 1 Formule Spa Liberté (bain reminéralisant, lit hydromassant et hammam)

*Non pris en charge par l'Assurance Maladie.

SÉJOURS 2022

PROGRAMME D'UNE SEMAINE ENTRE LE :

- 25/04 AU 07/05
- 23/05 AU 04/06
- 13/06 AU 25/06
- 11/07 AU 23/07
- 08/08 AU 20/08
- 26/09 AU 08/10
- 17/10 AU 29/10

Inscriptions et Renseignements

au 04 79 71 06 28

challesleseaux@chainethermale.fr

