



# THERMES DE CHALLES-LES-EAUX



## Séjour **Aidants endométriose**



### 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

- 1 Échange collectif avec l'association ENDOmind
- 1 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 Qi Gong (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.*

### EN 2020 À DATES FIXES

- DU 06 AU 11/04
- DU 27/04 AU 02/05
- DU 22 AU 27/06
- DU 20 AU 25/07
- DU 17 AU 22/08
- DU 14 AU 19/09
- DU 05 AU 10/10

**[ Nouveau ]**



Creation / Impression : s Impression Challes-les-Eaux

## Inscriptions et Renseignements

au 04 79 71 06 20

challesleseaux@chainthermale.fr

