

Salle du Vieux Marché, Jouy-en-Josas

5^e SALON DU BIEN-ÊTRE

Samedi 3 octobre 2026

10h à 19h / entrée gratuite

**TOMBOLA
gratuite**

 **SPÉCIAL GESTION DU STRESS**

THÉRAPIES - MESSAGES - COACHING - ARTISANAT



Club des Entrepreneurs
Jouy-Versailles Grand Parc

VILLE DE
JOUY-EN-JOSAS



COMMUNE DE
BIÈVRES

Et si vous laissiez votre stress à l'entrée ?

À chacun son stress. À chacun sa façon de l'apaiser.
Venez découvrir celle qui vous correspond.



DES RENCONTRES INSPIRANTES

Des conseils concrets pour mieux comprendre votre stress et apprendre à l'apaiser auprès d'une vingtaine d'exposants, tous professionnels du Bien-Être certifiés et exerçant à proximité.



DES CONFÉRENCES ET ATELIERS GRATUITS de 45 minutes

- ✱ 11h - Gérer son stress avec la neuro-esthétique
- ✱ 11h - Initiation à l'automassage du visage (atelier)
- ✱ 12h - Gestion du stress et estime de soi
- ✱ 12h - Réveil énergétique (atelier)
- ✱ 13h - La clé de l'adaptation au stress : votre système nerveux
- ✱ 14h - Soutenir son métabolisme pour réguler son stress : l'approche globale de la naturopathie
- ✱ 14h - Gérer ses émotions pour mieux maîtriser son stress (atelier)
- ✱ 15h - Le pouvoir des couleurs et des senteurs pour apaiser le stress
- ✱ 16h - Stress et émotions : comment les apaiser grâce aux énergies du corps ?



UNE TOMBOLA 100 % GRATUITE

De nombreux cadeaux à gagner : massages sur mesure de 60 mn, soins énergétiques et outils de massage, pierres bien-être, cadeaux Aroma-Zone et Oden, cadeaux des commerçants locaux... et bien d'autres surprises !



Curieux(se) d'en savoir plus ?

Scannez et découvrez la liste des exposants
et le programme complet des conférences & ateliers !

