

LE NID BY AMAZONES



PROGRAMME D'ACTIVITÉS DU NID

OCTOBRE 2018

**ATELIERS DE MAKE UP, DE BIEN-ÊTRE, ONCO-ESTHÉTIQUE,
ATTACHÉ DE FOULARD, CUISINE, SPORT ADAPTÉ,
GROUPE DE PAROLE OU ESPACE PAPOTAGE...
DÉCOUVREZ LE NID, UN PETIT COCON AMÉNAGÉ
POUR VOUS PAR L'ASSOCIATION AMAZONES.**

PLACE D'ARMES LAMENTIN
PROJETAMAZONES.COM

Tous les ateliers dispensés au Nid sont gratuits et uniquement sur rdv.
Les ateliers en extérieur peuvent avoir un coût pour les participants.

Pour s'inscrire appelez nous au : **+596 696 861 123**

SEMAINE SPORT & SANTÉ

LUN.

1

LIBÉRONS LA PAROLE

RACHEL FERRÈRE, Onco-psychologue
Le NiD • 10 h-12 h (4 pers.)

LUN.

1

YOGA

LISA VIDYA, Professeure de yoga
Yogalife • 17 h 30-18 h 30 (15 pers.)

MER.

3

INITIATION AUX PILATES

HÉLÈNE DONDON, Coach sportif
Le NiD • 9 h-12 h (4 pers.)

MER.

3

CONSEILS DIÉTÉTIQUES PENDANT LA MALADIE

LIVIA GAILLARD, Diététicienne
Le NiD • 14 h-16 h (4 pers.)

JEU.

4

AQUAGYM EN MER

JULIE ET FRANÇOIS JACARIA, Kiné et Maître-Nageur
Grande Anse • 10 h-11 h (8-10 pers.)

JEU.

4

YOGA AFRICAIN ET MÉDITATION

SYLVIA DESROSES, Professeure de yoga
IMS • 18 h-20 h (10 pers.)

SAM.

6

ATELIER CULINAIRE « SAVEURS ET SANTÉ »

PRISCA MORJON, blogueuse Ma Cuisine Créole,
animatrice culinaire
Ysnay (Bois Carré, Lamentin) • 16 h-18 h (6 pers.)

BALADE, COURSE & RANDONNÉE, LA WOULIB
AVEC LES BAROUDEURS
Schoelcher • Inscription sur baroudeur972.fr

DIM.
7

SEMAINE BEAUTÉ

TATOUAGE & DERMOGRAPHIE

INDIRA, Esthéticienne
Le NiD • 10h-12h (4 pers.)

LUN.
8

CONSEILS CAPILLAIRES

CYRIELLE ARNAUD, Coiffeuse
14h-15h30 (4 pers.) • 15h30-18h (4 pers.)

LUN.
8

ATTACHÉ DE FOULARD INFINI

MURIEL BEDOT, Styliste
Le NiD • 14h-15h (4 pers.)

MAR.
9

CONSEILS SOCIO-ESTHÉTIQUES

SOPHIE TARILLON, Socio-esthéticienne
Le NiD • 14h30-16h (4 pers.)

MER.
10

CONSEILS CAPILLAIRES

CYRIELLE ARNAUD, Coiffeuse
9h-10h30 (4 pers.) • 10h30-12h (4 pers.)

JEU.
11

ATELIER MAKE UP

BÉNÉDICTE GUILLAUME, Maquilleuse pro
Le NiD • 10h-12h (4 pers.)

JEU.
11

Tous les ateliers dispensés au Nid sont gratuits et uniquement sur rdv.
Les ateliers en extérieur peuvent avoir un coût pour les participants.

Pour s'inscrire appelez nous au : **+596 696 861 123**

VEN.
12

LE SOUTIEN-GORGE ET LE RAPPORT AU CORPS

NADIA CHONVILLE, Sociologue

Le NiD • 16 h-18 h (4 pers.)

SEMAINE BIEN-ÊTRE

LUN.
15

SE LIBÉRER DE LA MALADIE ET RÉVEILLER SON ÉNERGIE VITALE

CAROLINE PAUFICHET, Kinésiologue

Le NiD • 10h-12h (4 pers en soin) • 14h-16h (4 pers. en rémission 2 ans)

MAR.
16

ART THÉRAPIE « REFLET DE SOI »

PRISCA TOULON MARIE CLAIRE, Plasticienne

Le NiD • 9h-11h (4 pers.)

MAR.
16

JE M'APaise EN ÉCOUTANT MON CŒUR

KARYN AVENEL, Coach professionnelle certifiée en PNL

Le NiD • 16h-18h (4 pers.)

MER.
17

GUÉRIR SON CORPS EN GUÉRISANT SES PENSÉE

CHRISTINE MORIN, Praticienne EFT

Le NiD • 15 h 30-17 h (4 pers.)

VEN.
19

RÉVÈLE TES RESSOURCES POUR MIEUX VIVRE

MÉLANIE BONNIALY, Coach de vie

Le NiD • 10h-11h 30 (4 pers.)

JE BOOSTE MON MENTAL POUR VAINCRE LA MALADIE

LAETITIA MURCIANO, Sophrologue
Le NiD • 14 h 30-16 h (4 pers.)

VEN.
19

DES OUTILS POUR ALLER DE L'AVANT

INITIATION DÉCOUVERTE DE L'ESCRIME

MIGUEL BAROUDI, Escrimeur
CROSMA • 9 h-11 h (12 pers.)

LUN.
22

ATELIER DU BONHEUR + INFO SUR L'ACCESS BAR

MALIKA BOUQUETY, Enseignante bien-être
Le NiD • 9 h 30-11 h 30 (4 pers.)

MER.
24

EXPRESSION CORPORELLE « BOUGE TON CORPS »

GUILAINE MONROSE
Le NiD • 15 h-17 h (4 pers.)

MER.
24

RÉVÈLES TES RESSOURCES

MÉLANIE BONNIALY, Coach de vie
Le NiD • 10 h-11 h 30 (4 pers.)

JEU.
25

SOINS BAR D'ACCESS CONSCIOUSNESS

VALÉRIE AMABLE, Praticienne Access Bar
Le NiD • 9 h 30h-12 h (2 pers.)

VEN.
26

ESTIME DE SOI AVEC LE HEEL MOOVE

MURIEL BEDOT, Chorégraphe
IMS • 10 h 30-12 h (15 pers.)

VEN.
26

Tous les ateliers dispensés au Nid sont gratuits et uniquement sur rdv.
Les ateliers en extérieur peuvent avoir un coût pour les participants.

Pour s'inscrire appelez nous au :+596 696 861 123

VEN.
26

JE BOOSTE MON MENTAL POUR VAINCRE LA MALADIE

LAETITIA MURCIANO, Sophrologue

Le NiD • 14 h 30-16 h (4 pers.)

SAM.
27

SE RECONNECTER À SOI-MÊME AVEC L'HYPNÔSE

CHRISTINE HERAUD, Hypno-thérapeute

Le NiD • 10 h 30-12 h (4 pers.)

DIM.
28

LE CERCLE DES AMAZONES

SONIA DESROSES, Professeure de Yoga

Morne des Olives (Saint-Joseph) • 9h-15h (20 pers.)

SEMAINE VIE PROFESSIONNELLE

LUN.
29

COACHING PROFESSIONNEL

KARYN AVENEL, Coach professionnelle certifiée en PNL

Le NiD • 9h-10h (1 pers. en rémission) • 10h 30-12h
(1 pers. en rémission)

MAR.
30

AIDE ET DÉMARCHES ADMINISTRATIVES PENDANT LA MALADIE

CHRISTELLE CHARLERY, Conseillère en Économie Sociale et Familiale

Le NiD • 14 h 30-16 h (4 pers.)

MER.
31

MA RELATION À MON CORPS TOUCHÉ

GUYLÈNE GERMANY, Praticienne en Gestalt thérapie

Le NiD • 9h-12h (4 pers.)

LES RENDEZ-VOUS D'OCTOBRE ROSE



**SORTIE DU MAGAZINE
AMAZONES**

**VEN.
5**

- > 8h
- > Tous les points de vente

POP UP STORE

**SAM.
6**

- > 9h-19h
- > CC La Galleria
- > Open

**DÎNER CARITATIF DES
CHEFS KRÉOLFOOD & RHUM**

**MER.
10**

- > 19h
- > Restaurant Chateaubriand, Hôtel Bakoua
- > Sur réservation : kreolfoodandrhum.com

**CONFÉRENCE : LE PATIENT
AU CENTRE DU PARCOURS
DE SOINS**

**VEN.
12**

- > 19h
- > CTM
- > Open

**DÉDICACES DE CAROLINE
PAUFICHET**, auteure de
*Comment vivre son cancer
au quotidien*

**SAM.
13**

- > 10h Librairie Antillaise Martinique
- > 15h Librairie Antillaise Guadeloupe
- > Open

1^{er} ATELIER SOLIDAIRE

**DIM.
28**

- > 9h-18h
- > Domaine de la Pagerie (Trois-Îlets)
- > Open

**DÎNER ROSE DU ROTARY
DE SCHÔELCHER**

**MER.
31**

- > 19h
- > Villa Appoline
- > Sur réservation



QUI SOMMES NOUS ?

Amazones est une association loi 1901 ayant pour mission de sensibiliser sur le cancer au féminin, à accompagner les femmes et leur entourage dans leur parcours de soins en Martinique et en Outremer.

OÙ NOUS TROUVER ?

- projetamazones.com
- f Amazones
- 🐦 ProjetAmazones
- ✉ projetamazones@gmail.com
- ☎ +596 696 861 123

SOYEZ NOTRE COLIBRI ET APPOREZ VOTRE
CONTRIBUTION AU PROJET !

