


ACTIVITES CURE 2019

Thermes du Mont Dore - SED1+

~w~> ATELIER YOGA RESPIRATOIRE

3 ATELIERS CHAQUE SEMAINE

MANU

 Nombre de personnes limité à 15 par séance.
CHAQUE SEMAINE :

Lundi 8 / 15 / 22 avril
Mercredi 10 / 17 / 24 avril
Vendredi 12 / 19 / 26 avril

} de 14h00/16h00

SALLE A COTE DE LA PISCINE
AU REZ DE CHAUSSEE
(ou extérieur (parc) selon le temps)

~w~> ATELIER LOISIRS CREATIFS : créations de bijoux, accessoires, décorations

3 ATELIERS PAR SEMAINE / 2 semaines

NATHALIE

Lundi 8 avril de 16h30 à 18h30

Mercredi 10 avril
Vendredi 12 avril
Lundi 22 avril
Mercredi 24 avril
Vendredi 26 avril

} de 14H30 à 16H30

SALLE EN FACE DE LA MAIRIE

~w~> ATELIER LUMIGNONS ET CARTES 3D :

6 ATELIERS SUR LES 3
SEMAINES DE CURE

PASCALE

Les mardi : 9, 16 et 23 avril
Les vendredi : 12 - 19 et 26 avril

} de 14H00 à 16H00

SALLE MAIRIE (face à la mairie)



~w~> ATELIER COUTURE

2 ATELIERS CHAQUE SEMAINE

(créations, patchwork...)

MARTINE propose différents ateliers



Les mardi : 9, 16 et 23 avril

Les vendredi : 12 - 19 et 26 avril

de 16 h 00 à 19 h 00

SALLE EN FACE DE LA MAIRIE

~w~> ATELIER TRICOT

6 ATELIERS SUR LES 3

(écharpes, réalisations personnalisées...)

SEMAINES DE CURE

MARIE PIERRE

Les mardi : 9, 16 et 23 avril

Les vendredi : 12 - 19 et 26 avril

de 16 h 30 à 18h30

SALLE EN FACE DE LA MAIRIE

~w~> ATELIER PAPERKRAFT

1 ATELIER PAR SEMAINE

SABRINA

Les lundi 8, 15 et 22 avril de 14h00 à 16h00

SALLE à côté de la salle Madeleine,
au rez de chaussée des thermes (face à l'infirmierie)

~w~> ATELIER SOPHROLOGIE

2 ATELIERS SUR LES 3 SEMAINES DE CURE

SANDRA

Le jeudi 11 avril

Le jeudi 18 avril

de 14h00 à 15h00

SALLE A COTE DE LA PISCINE

AU REZ DE CHAUSSEE

(ou extérieur (parc) selon le temps)

~w~> ATELIER ECRITURE / AUTO LOUANGE / ESTIME DE SOI

CHARLOTTE

1 ATELIER PAR SEMAINE

Atelier de 2h environ – pour 10 à 12 personnes

Les lundi 8, 15 et 22 avril de 16h30 à 18h30

SALLE Mairie (en face de la mairie)

~w~> ATELIER REEDUCATION EN PISCINE + AQUABIKE :

Kinésithérapeute ou coach sportif

2 à 3 FOIS PAR SEMAINE

chaque atelier chaque semaine

AQUABIKE :



Nombre de personnes limité à 10 personnes

		14h30 - 15h30	15h30 - 16h30
Lundi	08-avr	AQUABIKE	AQUABIKE
	15-avr	AQUABIKE	AQUABIKE

		14h30 - 15h30	15h30 - 16h30
Mardi	09-avr	AQUABIKE	AQUABIKE
	16-avr	AQUABIKE	AQUABIKE
	23-avr	AQUABIKE	AQUABIKE

		14h30 - 15h30	15h30 - 16h30
Mercredi	10-avr	AQUABIKE	AQUABIKE

REEDUCATION EN PISCINE :



Nombre de personnes limité à 20 personnes

		14h30 - 15h30	15h30 - 16h30
Mercredi	17-avr	REEDUCATION FONCTIONNELLE EN PISCINE	REEDUCATION FONCTIONNELLE EN PISCINE
	24-avr	REEDUCATION FONCTIONNELLE EN PISCINE	REEDUCATION FONCTIONNELLE EN PISCINE

		14h30 - 15h30	15h30 - 16h30
Vendredi	19-avr	REEDUCATION FONCTIONNELLE EN PISCINE	REEDUCATION FONCTIONNELLE EN PISCINE

→ ATELIER BIEN ETRE/ESTIME DE SOI

2 ATELIERS SUR LES 3 SEMAINES DE CURE

MAEVA

Les Thermes nous proposent deux ateliers de bien être avec Maeva, professionnelle des Thermes.

Le vendredi 12 avril } de 16h00 à 17h00 Salle Madeleine
Le mercredi 17 avril } Salle à côté de la piscine (rez de chaussée)

→ ATELIER OI GONG :

5 SEANCES SUR LES 3 SEMAINES

SEBASTIEN vous propose ses ateliers :



Le jeudi 11 avril } de 15h30 à 16h30 et de 16h30 à 17h30 SALLE MAIRIE
Le jeudi 18 avril } (petite salle en face de la mairie)

Le jeudi 25 avril de 15h30 à 16h30 SALLE A COTE DE LA PISCINE
au rez de chaussée des Thermes

→ ATELIER SUR L'HYPNOSE THERAPEUTIQUE :

6 ateliers sur les

KEVIN propose plusieurs ateliers différents :

3 SEMAINES



- **Conférence Interactive découverte de l'hypnose thérapeutique (1h30)**
Mardi 9 avril à 14h30 – SALLE DE REPOS AUX THERMES
(à droite en entrant dans les Thermes)
- **Ateliers Communication (2h) : 2 ateliers consécutifs**
Samedi 13 avril à 14h30 } SALLE MAIRIE (petite salle en face de la mairie)
Samedi 13 avril à 17h00 }
- **Ateliers Gestion des émotions (2h) : 2 ateliers consécutifs**
Mardi 16 avril à 14h30 } BUREAU A COTE DE LA SALLE MADELEINE
Mardi 16 avril à 17h00 }
- **Atelier Confiance en soi (2h)**
Samedi 20 avril à 14h30 - SALLE MAIRIE (petite salle en face de la mairie)

→ ATELIER DE REFLEXOLOGIE PALMAIRE :

4 FOIS sur les

AUORE

3 SEMAINES



Nombre de personnes limité à 14 personnes pour les ateliers, pas de limite pour la conférence

- **Conférence Interactive découverte de la réflexologie (1h30)**
Mercredi 10 avril à 14h30 – SALLE DE REPOS AUX THERMES
(à droite en entrant dans les Thermes)

- Ateliers initiation réflexologie palmaire (2h) (14 personnes)

Vendredi 12 avril à 14h30 – BUREAU A COTE DE LA SALLE MADELEINE

Mercredi 17 avril à 14h30 - BUREAU A COTE DE LA SALLE MADELEINE

- Atelier perfectionnement (2h) (14 personnes)

Mardi 23 avril à 14h30 - BUREAU A COTE DE LA SALLE MADELEINE

-> CONFERENCES

- Docteur Mickaël DELARUE, Dentiste spécialisé dans le SED : Le SED et les soins dentaires :

Le mardi 23 avril à 14h30 : **SALLE DE REPOS AUX THERMES**

(à droite en entrant dans les Thermes)

- Docteur Denis ARTOT, Médecin, aromathérapeute et naturopathe, conférence puis débat - questions sur : En quoi la nature peut vous aider dans le SED ?

Groupes de 15 à 20 personnes / 3 conférences d'1h30 sur les 2 premières semaines :

Le samedi 13 à 16h30 puis à 18h15

Le samedi 20 avril : à 16h30

}

SALLE DE L'OFFICE DE TOURISME (dans le parc)

-> CONSULTATIONS

Madame Cindy BUISINE /Orthopédie Vlamynck : **SUR RV :** (salle Madeleine)

les mardi 16, mercredi 17, jeudi 18 avril de 9h30 à 12h00 et de 14h00 à 16h30

le vendredi 19 avril de 9h30 à 11h30.

Attention : prise de rendez-vous à partir du lundi 8 avril sur présentation de la prescription

Monsieur Jean Jacques RUELLE / Médical santé : **SANS RV :** (salle Madeleine)

les mardi 16, mercredi 17, jeudi 18 de 9h30 à 12h00 et de 14h00 à 16h30

le vendredi 19 avril de 9h30 à 11h30.

Docteur Mickael DELARUE : Dentiste spécialisé dans le SED : (salle Madeleine)

le mardi 23 de 9h30 à 12h00

les mercredi 24, jeudi 25 avril de 9h30 à 12h00 et de 14h00 à 16h30

le vendredi 19 de 9h30 à 11h30.

-w> GOÛTER/CAFE PAROLE :

3 AU MINIMUM SUR LES 3 SEMAINES DE CURE

Le jeudi 11 avril	}	17h30 à 19h30	SALLE DE L'OFFICE DE TOURISME (dans le parc)
Le mardi 16 avril			
Le mardi 23 avril			

-w> ATELIERS EQUITATION: AUX ECURIES DE LA DORDOGNE

Balades adultes et adolescents : (14 à 16 places)

- le dimanche 14 avril de 10h00 à 12h00 et de 14h00 à 16h00

Atelier enfants : (18 places)

- le samedi 13 avril de 16h00 à 18h00
- le dimanche 14 avril de 16h00 à 18h00

-w> ASSEMBLEE GENERALE DE L'ASSOCIATION :

Mardi 9 avril à 19h00 à la salle de l'Office de Tourisme (salle du parc).

-w> LES VENTES AU PROFIT DE L'ASSOCIATION

Les mercredis matin, 17 et 24 avril, dans le hall d'entrée des Thermes.

-w> LA SOIREE DE L'ASSOCIATION le 25/04/19 : auberge espagnole (chacun participe au buffet en apportant un petit quelque chose à grignoter) avec moment de convivialité musicale, spectacle d'hypnose, tombola...

Salle de l'OFFICE DE TOURISME (dans le parc)

-w> PRISE EN CHARGE EN KINESITHERAPIE (hors thermes)



sur RV individuel avec les kinés : prendre RV individuellement