



ATELIERS

animés par Jean-Marie Wolfs

10h15 – 11h00 : Pilates (Mme GROB)

11h00 – 12h30 : Gestes d'urgence avec Cardia Pulse (Georges Lanzi)

13h30 – 14h15 : préparation à la retraite (APALIB' : Michèle Hoerner)

14h15 – 15h00 : Méditation sur le coeur (Mme Lehmann)

15h00 – 15h45 : Hypnose Ericksonienne (Gwénaél Knichel)

15h45 – 16h45 : sophrologie (Sylvie Emmendoerffer)

Sur stands

PEP'C : effort sur cycle contrôlé

Réseau santé Colmar : mesure de la glycémie et de la tension

CDMR : test de dépendance au tabac , informations sur les moyens et les aides à l'arrêt

AMIRA : Mesure du souffle