



# L'association Sanavie accueille LA QUINZAINE DES FAMILLES

Activités gratuites autour du bien-être & du mode de vie sain



**MERCREDI 17 & LUNDI 22 AVRIL, DE 9H À 12H**

**Tisanerie, causerie, jeux, sophro, yoga...**  
Moment en famille autour de jeux, lecture et activités en rapport avec l'alimentation, le sommeil, le stress et les émotions, la santé naturelle... **Activité à destination des familles avec enfants à partir de 6 ans, accueil libre, sans inscription.**



**TISANERIE**

**JEUX**

**MAMANS**

**ENFANTS**

**SAMEDI 20 AVRIL, DE 10H À 12H**

**Atelier ludique pour un moment de bien-être**  
Parent/enfant réunis autour d'activités telles que la réflexologie plantaire, le massage, la relaxation... Un temps privilégié où parents et enfants prennent soin d'eux en découvrant des techniques qu'ils pourront reproduire à la maison. **Activité à destination des parents et des enfants à partir de 6 ans, sur réservation.**



**LUNDI 15 & MERCREDI 24 AVRIL, DE 9H À 12H**

**Tisanerie & causerie à la Sanathèque**  
Nos professionnels seront présents pour vous écouter et vous conseiller autour de l'alimentation, du sommeil, du stress et des émotions, de la santé naturelle... Plus de 400 livres et revues à lire confortablement sur place avec une boisson offerte pour plus de convivialité ! **Activité à destination des parents et grands parents, accueil libre, sans inscription.**



**LUNDI 22 AVRIL, DE 13H30 À 17H30**

**Une bulle de bien-être pour maman**  
Massage de 20 minutes, suivi de 20 minutes d'échange autour d'une thématique au choix (alimentation, sommeil, stress et émotions...). **Activité à destination des femmes enceintes et des mamans, sur réservation.**



**Association Sanavie**

105 avenue de Verdun

83340 Le Cannet des Maures



06 72 61 25 95 / [www.sanavie.com](http://www.sanavie.com)

