

## LES CONFÉRENCES DU FORUM

11h00

Découvrir la PNL pour transformer ses pensées, émotions et comportements  
*par Marine TEYSSONNEIRE*

14h30

Comment mieux manger sans se prendre la tête ?  
*par Emilie DEBARD*

15h30

Se libérer naturellement du stress et de l'anxiété grâce à la réflexologie  
*par Hélène ALBARET*

16h30

La Régulation Émotionnelle TIPI, un processus naturel pour se libérer des émotions qui nous encombrant et nous limitent.  
*par Dominique CHATELARD*



# FORUM SANTÉ & BIEN-ETRE

**Samedi 4 octobre 2025**

**10h à 18h**

**Maison des Associations**

4ème  
Edition  
Entrée gratuite  
TOUT PUBLIC



📍 33 ROUTE DE LA GARE

43700 COUBON

Organisé par la Municipalité - Commission Vie Associative

- **EVEIL SENSORIEL**

*Ô 5 Sens - Sandra Barthélémy*

- **RÉFLEXOLOGIE** *Hélène Albaret*

- **MASSAGE AMMA ASSIS**

*A corps de paume - Pauline Alirol*

- **DIÉTÉTIQUE & NUTRITION**

*Emilie Debard*

- **DON DU SANG ET D'ORGANES**

*Daniel Pera - France ADOT 43*

- **CANCER :  
ACCOMPAGNEMENT, PRÉVENTION**

*Ligue contre le Cancer - Valérie Astier*

- **PLATEFORME ESPACE SANTÉ  
DÉPISTAGE DU CANCER** *CPAM*

- **AXA CONSEIL** *Bruno Mauclair*

- **PROGRAMMATION NEURO  
LINGUISTIQUE**

*Marine Teyssonneire*

- **LUXOPUNCTURE ET BIEN-ETRE**

*Jennifer Cardine*

- **RÉGULATION ÉMOTIONNELLE**

*Dominique Chatelard*

- **OPTIQUE** *Optical Center*

- **AIDE AUX PERSONNES** *ADMR*

- **SPORT ADAPTÉ**

*Vitagym - Coubon Evasion*

- **À VÉLO SANS ÂGE**

- **FRANCE ALZHEIMER 43**

*Isabelle Guidet*