

A LA MAISON DES SERVICES A L'ÉTUDIANT (MSE - CAMPUS MONT HOUY) MARDI 22 NOVEMBRE - ENTRE 17H30 ET 21H30 (ENTRÉE LIBRE ET GRATUITE)

<p>OSTEOPATHIE SÉANCE INDIVIDUELLE</p>	<p>Grâce à des techniques naturelles et essentiellement manuelles permet entre autres, d'atténuer les douleurs musculaires et de lutter contre le stress favorisant ainsi le bien-être.</p>	<p>sur rendez-vous entre 17h30 et 21h30 RDVosteo@uphf.fr (durée d'1 séance : 30 min)</p>
<p>HYPNOSE COLLECTIVE</p>	<p>Hypno-relaxation et bien être. Découvrez tous les bienfaits anti-stress de l'hypnose. Travailler sur la confiance en soi.</p>	<p>Accès libre - groupe de 8 18h00-18h30 / 18h45-19h15 / 19h45-20h15 / 20h30-21h00</p>
<p>SHIATSU</p>	<p>Massages sur chaise ou allongé ; Acupuncture avec les doigts, méthode de santé japonaise. (l'atelier se pratique habillé). Accédez à une profonde détente et retrouvez de l'énergie.</p>	<p>entre 17h30 et 21h30 (durée d'1 séance : 20 min)</p>
<p>ESPACE BEAUTE</p>	<p>Beauté et bien-être aident à raviver la confiance en votre image. Faites vous chouchouter selon vos envies ! - Coiffage sans shampooing (sur cheveux propres) - Maquillage flash, mise en beauté - Manucure et vernis ou modelage des mains Conseils personnalisés...</p>	<p>Accès libre 17h30-21H30 (durée d'1 séance : entre 15 et 30 min selon prestation)</p>
<p>SOINS VISAGE OU SOINS PIEDS</p>	<p>Permet de renouer avec le soin de soi. Se sentir bien dans sa peau. Moment de détente garanti !</p>	<p>Accès libre 17h30-21H30 (durée d'1 séance : 30 min)</p>

<p>ESPACE DETENTE AMBIANCE ZEN</p>	<p>Accordez vous un moment seul ou avec des amis dans l'espace bien être, propice à la détente, aux jeux et aux échanges dans une ambiance zen...</p>	<p>Accès libre 17h30-21H30</p>
<p>REALITE VIRTUELLE RELAXATION IMMERSIVE</p>	<p>Animation réalité virtuelle : les participants se retrouvent plongés dans un autre univers leur permettant de complètement s'évader. Immersion avec des animaux sauvages, dans les milieux aquatiques, découverte de lieux féériques, scénario de relaxation... Au choix.</p>	<p>Accès libre 17h30-21H30 (durée d'1 séance : 6 min)</p>
<p>ANIMATION CULINAIRE DEGUSTATION</p>	<p>La thérapie du plaisir gourmand ! Dans une ambiance chaleureuse et conviviale : bar à crêpes et fontaine à chocolat et ses fruits !</p>	<p>Accès libre 17h30-21H30</p>
<p>CARICATURISTE</p>	<p>Animation unique et originale, repartez avec un souvenir de votre soirée ! Un croquis humoristique de votre portrait avec un caricaturiste dans une ambiance sympathique et inoubliable.</p>	<p>Accès libre 17h30-21H30 (durée d'1 portrait : 8 mn)</p>
<p>ANIMATION VELO SMOOTHIE</p>	<p>Dégustez un délicieux smoothie grâce à vos coups de pédales ! Faites le plein de vitamines !</p>	<p>Accès libre 17h30-21H30</p>
<p>BAR A TATOO</p>	<p>Bar à tatouage éphémère. Si vous réalisez vos envies le temps d'une soirée ?</p>	<p>Accès libre 17h30-21H30 (animation autonome)</p>