

LE NID GABRIELLE

BY AMAZONES

UN COCON POUR LES FEMMES ATTEINTES DE CANCER



PROGRAMME D'ACTIVITÉS

DÉCEMBRE 2019

LE NID GABRIELLE BY AMAZONES
46 RUE LÉONA GABRIEL, DILLON, FORT-DE-FRANCE
PROJETAMAZONES.COM

- LUN. 2** **ATELIER BEAUTÉ**
« Conseils capillaires et cuir chevelu »
avec Cyrielle ARNAUD, coiffeuse
- ⊙ 10h-11h30 (4 pers.)
📍 Salon Cyrielle ARNAUD
⬇️ Amazones en soin et en rémission
- MAR. 3** **ATELIER BIEN-ÊTRE**
« Soins socio-esthétiques personnalisés » avec Karine CAMALET, socio-esthéticienne
- ⊙ 9h-12h (1 pers./heure)
📍 Le Nid Gabrielle
⬇️ Amazones en soin et en rémission
- MER. 4** **ATELIER BIEN-ÊTRE**
« Croyances et pensées négatives »
avec Christine MORIN, praticienne EFT
- ⊙ 18h-19h30 (6 pers.)
📍 Le Nid Gabrielle
⬇️ Amazones en soin et en rémission
- VEN. 6** **PAPOTAJ AMAZONES**
Mini-conférence « Conseils et style, j'apprends à apprivoiser mon nouveau look pendant et après les traitements »
avec Tania ZEBO, socio-conseillère en images
- ⊙ 18h-19h30 (8 pers.)
📍 Le Nid Gabrielle
⬇️ Amazones en soin et en rémission
- MER. 11** **ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE**
Pilates Rose avec Mélanie BRASSELET, coach en Pilates
- ⊙ 8h30-9h30 (10 pers.)
📍 Plage de l'Anse à l'Âne
⬇️ Amazones en soin et en rémission
- MER. 11** **ATELIER ART THÉRAPIE**
Écriture : « Les mots qui... » avec Florence BAUDIN slameuse, diplômée en art thérapie
- ⊙ 15h-17h (6 pers.)
📍 Le Nid Gabrielle
⬇️ Amazones en soin et en rémission
- JEU. 12** **ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE**
Aquagym en mer avec Julie et François JACARIA, Kiné spécialisée en onco et Maître-Nageur
- ⊙ 10h-11h30 (10pers.)
📍 Plage de Grande Anse
⬇️ Amazones en soin, en rémission et aidants
- JEU. 12** **ATELIER BIEN-ÊTRE**
« Respiration, relaxation et méditation grâce à la sophrologie » avec Lætitia MURCIANO, sophrologue formée en oncologie
- ⊙ 10h-11h30 (6 pers.)
📍 Le Nid Gabrielle
⬇️ Amazones en soin et aidants
- JEU. 12** **ATELIER BEAUTÉ**
Attaché de foulard infini avec Murielle BEDOT, styliste
- ⊙ 13h-14h (4pers.)
📍 Le Nid Gabrielle
⬇️ Amazones en début de parcours et aidants

VEN.
13

NOUVEAUTÉ! ATELIER RELOOKING

Quatre Amazones auront la chance de vivre une matinée exceptionnelle pendant laquelle des professionnelles de la beauté et de la mode les aideront à trouver LEUR style.

- ✓ Make-Up : Séverine MOUSTIN, maquilleuse professionnelle
- ✓ Bien-être : Axelle JAFFORY, socio-esthéticienne
- ✓ Mode : Mylène GERME de la boutique Ô Ruban Rose

⊙ 9h-13h (4 pers.)

📍 Le Nid Gabrielle

👉 Amazones

VEN.
13

ATELIER BIEN-ÊTRE

« Et si on parlait sexualité... au féminin ? » avec Guilaine GERMANY, Praticienne en Gestalt thérapie

⊙ 17h-18h30 (8 pers.)

📍 Le Nid Gabrielle

👉 Amazones en soin

LUN.
16

ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE

Yoga doux pour se connecter à sa force intérieure et s'ancre à travers le mouvement et le souffle avec Lisa « Vidya », Professeure de yoga

⊙ 17h30-18h30 (10 pers.)

📍 Yoga Life West Indies

👉 Amazones

MAR.
17

ATELIER CULINAIRE

« Apprenez à préparer un dîner de réveillon digne d'une table étoilée » avec le chef Nathanaël DUCTEIL

⊙ 18h-20h (10 pers.)

📍 L'atelier ND à Schoelcher

👉 Amazones et aidants

MER.
18

ATELIER CULINAIRE

C'est le RDV des gourmands en famille ! Apprends à cuisiner tes sablés et petits gâteaux de Noël avec maman. Atelier animé par Miss Cookie.

⊙ 9h-11h (8 pers.)

📍 Le Nid Gabrielle

👉 Amazones et enfants

MER.
18

ATELIER DIY

« Je confectionne mes guirlandes et boules de Noël en famille » avec Manu la Dénicheuse, créatrice et styliste

⊙ 9h-11h (8 pers.)

📍 Le Nid Gabrielle

👉 Amazones et enfants

MER.
18

CINOCH'AMAZONES

La Reine des Neiges 2

⊙ 14h-17h (Places limitées)

📍 Madiana

👉 Amazones et enfants

Tous les ateliers dispensés au Nid sont gratuits et uniquement sur RDV.
Les ateliers en extérieur peuvent avoir un coût pour les participants.
Pour s'inscrire appelez-nous au : **+596 696 861 123**

JEU.
19

ATELIER BIEN-ÊTRE

« Respiration, relaxation et méditation grâce à la sophrologie » avec Lætitia MURCIANO, sophrologue formée en oncologie

⌚ 10h-11h30 (6 pers.)
📍 Le Nid Gabrielle
👤 Amazones en soin et aidants

JEU.
19

ATELIER BIEN-ÊTRE

« Soins socio-esthétiques personnalisés » avec Karine CAMALET, socio-esthéticienne

⌚ 13h-16h (1 pers./heure)
📍 Le Nid Gabrielle
👤 Amazones en soin et en rémission

JEU.
19

CERCLE DE LECTURE

Échange littéraire autour du livre *Sorcières : La puissance invaincue des femmes* de Mona CHOLLET, animé par Cindy ROSE, libraire et la sociologue féministe Nadia CHONVILLE

⌚ 19h-21h
📍 Le Nid Gabrielle
👤 Amazones

VEN.
20

ATELIER BIEN-ÊTRE

« Je prends soin de ma mémoire à travers les jeux » avec Sabine ANDRIVON, créatrice de jeux de société sur la Martinique et historienne

⌚ 19h30-21h (10 pers.)
📍 Le Nid Gabrielle
👤 Amazones Enfants et aidants



QUI SOMMES NOUS ?

Amazones est une association loi 1901 ayant pour mission de sensibiliser sur le cancer au féminin, à accompagner les femmes et leur entourage dans leur parcours de soins en Martinique et en Outremer.

OÙ NOUS TROUVER ?

🌐 projetamazones.com
f Amazones
t ProjetAmazones
✉ martinique@projetamazones.com
☎ +596 696 861 123