

# WEEK-END SANTÉ BIEN ÊTRE

## SAMEDI 14 OCTOBRE

### SALLE PRÉVERT, MAUGUIO « MADEMOISELLE ROSE »

**9h30 - 10h30 : Yoga Adulte**

Tarif : 5€ - Réservations : 06 62 07 01 16

**10h30 - 11h15 : Soin énergétique collectif**

Tarif : 20€ - Réservations : 06 51 07 27 33

**11h15 - 12h30 : Activités bien-être en groupe (sophro / écoute du corps / soins aux bols tibétains)**

Tarif : 10€ - Réservations :  
06 27 20 59 33 / 07 50 95 85 32

**13h30 - 15h : Sieste Méditative / Auto Massages / Connexion au corps à travers le mouvement (danse intuitive)**

Tarif : 15€ - Réservations :  
06 27 20 59 33 / 07 50 95 85 32

**15h - 16h : Yoga en famille**

Tarif : 5€ - Réservations : 06 62 07 01 16

**16h - 17h : Rendez-vous individuels de 15 minutes pour du Reiki à 4 mains**

Tarif : 5€ le soin - Réservations : 06 27 20 59 33 / 07 50 95 85 32

- Mieux être AA
- Les Jeunes Yogis
- Libération des émotions

### MAISON DES ASSOCIATIONS, MAUGUIO

À partir de 14h :

**Massages** avec Caroline ROBERT

**Massage et exercices post-opération** avec une kinésithérapeute

**Ostheothérapie** avec Tania HOUPERT

**Atelier d'autopalpation**

À partir de 16h :

**Groupe de parole autour d'un goûter**

**Vente de bracelets énergétiques et ballotins de lavande rose**

- Libération des émotions
- La Cie du Marteau Plume
- Association des Commerçants et Professionnels de Mauguio
- Association des Professionnels de Santé de Mauguio



## DIMANCHE 15 OCTOBRE

### SALLE DES CISTES, CARNON « MADEMOISELLE ROSE »

**9h - 9h45 : Sophrobalade sur le port de Carnon - rdv devant la salle des Cistes**

Tarif : 5€ - Réservations :  
06 27 20 59 33 / 07 50 95 85 32

**9h45 - 10h30 : Soin énergétique collectif**

Tarif : 20€ - Réservations : 06 51 07 27 33

**10h30 - 11h30 : Yoga en famille**

Tarif 5€ - Réservations : 06 62 07 01 16

**11h30 - 12h30 : Activités bien-être en groupe (sophro / écoute du corps / soins aux bols tibétains)**

Tarif : 10€ - Réservations :  
06 27 20 59 33 / 07 50 95 85 32

- Mieux être AA
- Les Jeunes Yogis
- Libération des émotions

Cagnotte en ligne en faveur de la Ligue contre le Cancer  
[collecter.ligue-cancer.net/projects/mauguio-en-rose](https://collecter.ligue-cancer.net/projects/mauguio-en-rose)



SCAN ME

Association des Commerçants et Professionnels de Mauguio  
Association des Professionnels de Santé de Mauguio  
Infos chez les commerçants de Mauguio



## SERVICE VIE ASSOCIATIVE

04 67 29 05 23

[vie.associative@mauguio-carnon.com](mailto:vie.associative@mauguio-carnon.com)

Vie associative de Mauguio Carnon

## MERCI AUX PARTENAIRES

- La Ligue contre le Cancer - Antenne de Mauguio
- Cap Melgueil
- Les Majorettes de L'Ethons de L'Or
- Association des Professionnels de Santé de Mauguio
- Association des Commerçants et Professionnels de Mauguio
- Longe Côte Mauguio Carnon
- C. La Forme - COC Muscu
- Shunyata
- Libération des Émotions
- Les Jeunes Yogis
- Graines d'Éveil
- Bridge Club Mauguio Carnon
- Les What Elle's et Les Free Voice
- Les Retraités Sportifs de L'Étang de l'Or
- Mieux être AA
- Jeune Ballet Choregraphia
- La Cie du Marteau Plume
- Mauguio Carnon Basket



ensemble pour  
**OCTOBRE  
ROSE**  
dépistez-vous !

LA VILLE  
ET SES ASSOCIATIONS  
SE MOBILISENT

ÉDITION 2023



MAUGUIO  
CARNON

# PROGRAMMATION

DU 29 SEPT. AU 1<sup>ER</sup> OCT.

**BRADERIE DE LA LIGUE CONTRE LE CANCER**  
Salle Morastel

Les 29 et 30 septembre : 9h - 18h  
Le 1<sup>er</sup> octobre : 9h - 12h  
Jours de collecte : du mardi 26 au jeudi 28 septembre de 13h à 18h

- La Ligue Contre le Cancer Antenne de Mauguio

DIMANCHE 1<sup>ER</sup> OCTOBRE - 19H

**MARCHE AUX LAMPIONS**  
En présence des Majorettes de l'Ethons de l'Or

**RDV : 18h30 - Salle des Cistes à Carnon**  
Réservation des Lampions :  
Valérie : 06 51 07 27 33  
Sophie : 06 27 20 59 33  
Alexandra : 07 50 95 85 32

- Libération des Émotions
- Mieux être AA
- La Joie de vivre

VENDREDI 6 OCTOBRE - 18H

**VERNISSAGE EXPOSITIONS**  
The Corner Pub, Mauguio

**Caroline ESCAFIT (Tattoo Therapy) :**  
« Femmes inspirantes »  
**Nathalie KAID :** Photo rétro projetée pour l'association SŒUR D'ENCRE  
**Laetitia DALBIES :** Artisanat Textile  
**Yannick BROSSARD :** Photographies

- Association des Commerçants et Professionnels de Mauguio

SAMEDI 7 OCTOBRE - 10H

**LA PLUS LONGUE LONGE**  
Petit Travers - Accès 78, RDV devant la Stèle, Carnon (parking du Lido gratuit)

**Accueil dès 9h30**  
Tarif : 5€ - Inscriptions HelloAsso  
Renseignements :  
06 11 70 59 61 ou 06 63 55 43 12

- Longe Côte Mauguio Carnon

SAMEDI 7 OCTOBRE - 20H30

**SPECTACLE DE DANSE « MATILDA »**  
& Vente de bracelets énergétiques et ballotins de lavande rose  
Théâtre Bassaget

**Ouverture des portes à 20h**  
Tarif : 10€ / 5€ pour les moins de 12 ans  
Prévente au Centre Artistique Chorégraphia le samedi 30 septembre de 10h à 16h

- Jeune ballet Choregraphia
- Libération des Émotions & la Cie du Marteau Plume
- RSEO - Les Retraités Sportifs de l'Étang de l'Or

DIMANCHE 8 OCTOBRE - 10H

**COURSE « BIKE AND RUN »**  
2 parcours au choix :  
5 km ou 10,7 km  
Animations / Ravitaillement / Lot  
Départ Plaine des Sports

Participation : 10€ minimum  
Inscriptions HelloAsso - Renseignements :  
contact.capmelgueil@gmail.com  
www.capmelgueil.fr

- Cap Melgueil

LUNDI 9 OCTOBRE - 18H

**SÉANCE DE SOPHROLOGIE**  
Espace Bel Air

Tarif : 5€ - Renseignements et inscriptions :  
06 26 29 04 56

- Graines d'Éveil

LUN. 9 ET MAR. 10 OCT. - 9H-17H30

**MAMMOBILE**  
Rue de la Démocratie - Face à la Poste, Mauguio

- AMHDCS (Association Montpellier Hérault pour le dépistage du Cancer du Sein)

MARDI 10 OCTOBRE - 9H-17H30

**STANDS D'INFORMATION & INTERACTIFS : « DÉPISTAGE DES CANCERS »**  
À côté de la MAMMOBILE, rue de la Démocratie - Face à la Poste, Mauguio

- Association des Professionnels de la Santé de Mauguio (APSM)
- La MSP de Mauguio
- La CPTS Montpellier Est Bérange

MERCREDI 11 OCTOBRE - 19H30

**CONFÉRENCE « PRÉVENTION ET DÉPISTAGE DES CANCERS »**  
Par le professeur Jean-Bernard Dubois, Président de la Ligue contre le Cancer Hérault  
Théâtre Bassaget

Conférence traduite en langue des signes  
Entrée gratuite

- La Ligue contre le Cancer
- Association des Professionnels de la Santé de Mauguio (APSM)
- La MSP de Mauguio
- La CPTS Montpellier Est Bérange



JEUDI 12 OCTOBRE - 14H

**MARCHE DE 5/6 KM**  
Départ de la Plaine des Sports

Renseignements : 06 84 84 64 39

- RSEO - Retraités Sportifs de l'Étang de l'Or

SAMEDI 14 OCTOBRE - 20H

**MATCH DE BASKET NATIONALE 2 FÉMININE**  
MAUGUIO CARNON VS MONACO BASKET  
Gymnase Beugnot, Mauguio

- Tombola**
- Mauguio Carnon Basket

DIMANCHE 15 OCTOBRE - 18H30

**CONCERT « COVER CORNER »**  
REPRISE DE MUSIQUE ROCK  
Salle Prévert, Parvis des Arènes, Mauguio

Tarif : 5€ - Renseignements et réservations :  
06 26 29 04 56

- Graines d'Éveil

MARDI 17 OCTOBRE - 14H - 18H

**TOURNOI DE BRIDGE**  
Salle Morastel, 1<sup>er</sup> étage

Tarif : Droit d'entrée 5 €

- Club de Bridge Mauguio Carnon

MERCREDI 18 OCTOBRE - 20H30

**CONCERT CHORALE**  
« LES WHAT ELLE'S AND THE GUYS »  
ET « LES FREE VOICES »  
Salle Prévert, Parvis des Arènes - Mauguio

Tarif : 5€

- Les What Elle's

MERCREDI 25 OCT. - 16H - 18H

**CERCLE DE PAROLES**  
Centre « Ô 304 »  
304 av. Gabriel Aldié, Mauguio

Renseignements : 07 50 95 85 32

- Mieux être AA

DIMANCHE 29 OCT. - 17H30 - 19H30

**SPECTACLE DE VARIÉTÉS**  
par Stéphane Lellouche  
Théâtre Bassaget

**Ouverture des portes à 17h**  
Tarif : 10€ - Renseignements et réservations :  
06 15 32 10 49  
Prévente de billets - Permanences à la Maison des Associations :  
les lundi 9 et jeudi 12 octobre de 10h à 12h

- La Ligue contre le Cancer Antenne de Mauguio

TOUT LE MOIS D'OCTOBRE

**DÉFIS SPORTIFS ET CAFÉ PAYANT**  
Salle de Musculation - Gymnase Anquetil, Carnon

Renseignements : 04 67 17 13 56

- C La Forme - COC Musculation

**CAGNOTTE EN LIGNE EN FAVEUR DE LA LIGUE CONTRE LE CANCER**  
Association des Professionnels de la Santé de Mauguio (APSM)

- Association des Commerçants et Professionnels de Mauguio

**EXPOSITION DE FRANÇOISE BOSSAN**  
Centre « Ô 304 »  
304 av. Gabriel Aldié, Mauguio

- Mieux être AA

TOUS LES SAMEDIS  
DU MOIS D'OCTOBRE  
DE 10H À 12H

**SÉANCE DE YOGA**  
Gymnase Anquetil, Carnon

Tarif : 5€ - Renseignements et Inscriptions :  
06 19 08 67 19

- Shunyata Centre de mieux être (Yoga Qi Gong Tai Chi)



Les fonds récoltés seront entièrement reversés à la Ligue Contre le Cancer en faveur de la recherche pour la lutte contre le cancer du sein.

