

EVENEMENT DEVENEZ +

REPRENEZ LE CONTRÔLE DE VOTRE SANTÉ ET DEVENEZ + DANS
TOUT



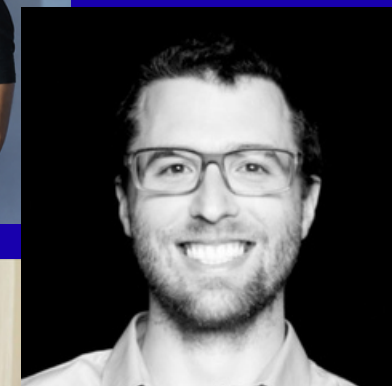
Une soirée pour vous inspirer, vous booster... et vous faire du bien.

Vous sentez que vous avez besoin d'un
nouvel élan ?

Vous avez envie de retrouver plus d'énergie,
de clarté, de motivation dans votre quotidien ?

Une soirée inspirante, dynamique et
conviviale, qui réunit des experts de la santé
et du bien-être pour vous transmettre des clés
concrètes, accessibles et puissantes pour
reprendre votre équilibre en main.

Le tout dans une ambiance chaleureuse,
bienveillante... et pleine de bonnes vibes.



Toutes les infos des intervenants ici →



Par qui ?

Théo Berthias
Nutritionniste & Chargé de Projet en
Nutrition. Fondateur de
l'évènement.



PROGRAMME

18H

Accueil du public

18H35

Conférence "Reprenez le contrôle de vos nuits"

19H

Pause sportive avec On Air

19H10

Conférence "Psychonutrition : Comprenez pourquoi vous mangez"

19H35

Animation avec cadeaux à gagner

20H

Ce que votre bouche dit sur vous avec Dr Bourrée

20H10

Conférence "La magie du cupping"

20H35

Les oméga 3 vous veulent du bien – Norsan

20H45

Conférence "L'addiction, et après ?"

21H30

Buffet et échanges



ET SI VOUS COMPRENIEZ ENFIN POURQUOI CERTAINES HABITUDES VOUS ÉCHAPPENT...

Pourquoi les émotions ou le manque d'énergie prennent parfois le dessus ?

Cette soirée n'est pas une simple conférence.

C'est un moment pour :

- prendre du recul sur votre santé
- mieux comprendre votre corps et vos comportements
- découvrir des solutions concrètes et accessibles
- échanger avec des experts et des professionnels de santé

Mais surtout...

Vous ne repartirez pas avec plus d'informations... mais avec des clés pour agir.



PARTENAIRES



Le Dr Paul Bourrée, chirurgien-dentiste à Toulouse, place la prévention au cœur de sa pratique. À travers une approche moderne et globale de la santé bucco-dentaire, il accompagne ses patients pour préserver durablement leur santé et leur qualité de vie.



Découvrez ON AIR FITNESS Blagnac, un club premium de plus de 1600 m² pensé pour vous dépasser. Profitez d'équipements haut de gamme, d'ambiances immersives et de playlists DJ motivantes. Cardio, musculation Hammer Strength, Hybrid Training, boxe, MMA, pole dance et espace femme : tout est réuni pour atteindre vos objectifs dans un cadre unique.



Spécialiste des oméga-3 de haute qualité, NOROSAN propose des huiles naturelles et hautement dosées en EPA et DHA. Issues de la pêche durable ou de micro-algues, ses formules pures soutiennent votre santé cardiaque, cérébrale et visuelle au quotidien.