

# Un visage Rayonnant !

En forme, naturellement, après  
50 ANS !



Préparez votre forme et votre santé de demain !

Le centre Anjayati vous propose un atelier bien-être pour garder une belle peau et avoir un visage rayonnant au fil des ans.

Conseils alimentaires, cures naturopathiques, remèdes naturels, compléments alimentaires et cours de yoga d'1H00 accessible aux débutants, ... un programme complet pour vous sentir bien.



Votre contact

Emmanuelle Mendil  
06 18 62 20 13  
e.mendil@anjayati.fr



Anjayati

## ✦ Organisation de l'atelier

A 50 ans, on aimerait continuer à avoir l'air aussi jeune que l'on se sent « en-dedans », mais le vieillissement de la peau est inévitable.

Le visage perd son ovale et la peau est moins rebondie. La circulation sanguine cutanée est plus limitée, la peau est fragilisée, elle s'amincit et se déshydrate. Elle devient très sèche, perdant sa tonicité et son élasticité.

Souvent notre peau est le reflet de ce qui passe dans notre corps. C'est pourquoi il existe des moyens naturels pour garder une belle peau, limiter les rides et les effets du vieillissement.

Voici les thèmes principaux abordés au cours de cet atelier :

- ✦ Comment fonctionne notre corps : les effets du vieillissement sur la peau
- ✦ L'alimentation spéciale « belle peau »
- ✦ Les remèdes et soins naturels pour les rides
- ✦ Les compléments alimentaires adaptés
- ✦ Un cours de Yoga du visage pour peaux matures

## ✦ Pour votre confort et votre pratique, apportez avec vous :

- ✦ De quoi prendre des notes

## ✦ Tarif

- ✦ Atelier bien-être : **45 €** par personne

## ✦ Date

- ✦ **Samedi 24 septembre 2022 de 14H30 à 17H00**

## ✦ Pour venir

Adresse : Anjayati - 29 chemin des Laitières 95230 SOISY SOUS MONTMORENCY

- ✦ A15, sortie Montmorency
- ✦ Ligne H, arrêt champ de courses d'Enghien - Navette possible
- ✦ Co-voiturage : nous contacter

## ✦ Vous inscrire

Sur notre site : [www.anjayati.com](http://www.anjayati.com)

*Dans cet atelier nous abordons les problématiques spécifiques des plus de 50 ans.  
Il est bien entendu ouvert à tous, quelque soit votre âge.*

