

# SÉMINAIRE « ATELIER MIGRAINE ET QUALITÉ DE VIE »

Le séminaire « atelier migraine et qualité de vie » est dédié aux personnes souffrant de migraines, maux de tête, céphalées. Il se déroulera du 05 au 07 juin 2026.

Ce séminaire a pour but d'apporter une meilleure compréhension de la maladie, de présenter les traitements disponibles paramédicaux et de partager des conseils pratiques pour mieux vivre au quotidien avec la migraine.

À travers des interventions claires, des témoignages et des échanges, ces trois jours « atelier migraine et qualité de vie », visent à donner aux participants les clés pour améliorer leur qualité de vie et renforcer leur autonomie face à cette maladie.

Une équipe pluri-disciplinaire vous prendra en charge de manière globale et holistique :

- Pierre Marsillach Kinésithérapeute et Ostéopathe animera une conférence et pratiquera deux ateliers
- une Naturopathe animera une conférence sur sa pratique
- une thérapeute en médecine chinoise animera une conférence sur sa pratique.
- Luca Signor professeur de yoga et de méditation vous accompagnera durant tout le séjour.

Vous serez accueillis dans un gîte qui se situe dans le Trièves, territoire du sud Isère propice au repos et à la détente. Dans un cadre calme, entouré par les montagnes, vous pourrez vous reconnecter à la nature et apaiser vos douleurs.

Bien plus qu'une parenthèse enchantée, « atelier migraine et qualité de vie » vous prendra en charge durant trois jours.

**TARIF :** Le tarif pour les 3 jours de séminaire est de 750€/personne

## INCLUS

- Hébergement pour 2 nuits
- Repas : 2 petits déjeuners ; 3 déjeuners ; 2 dîners
- 2 ateliers d'ostéopathie
- 4 séances de yoga méditation
- 1 conférence animée par l'Ostéopathe
- 1 conférence animée par la Naturopathe
- 1 conférence animée par la thérapeute en médecine chinoise
- 1 atelier de groupe et de partage
- 1 balade en pleine nature

## NON INCLUS

- Séance individualisée en naturopathie
- Séance individualisée en médecine chinoise
- Transport jusqu'au lieu de stage



06 81 19 00 19



06 78 05 90 34



migraineschool@gmail.com