

ATTENTION ! LES YEUX

Cet Atelier **Attention les Yeux** est conçu **pour les femmes et des hommes**. Que vous portiez des lunettes ou non, vous avez peut-être des troubles de la vision ou des fatigues visuelles dus au travail prolongé sur ordinateur. Nous avons développé une méthode Anti-fatigue du regard pour retrouver fraîcheur, éclat et jeunesse !

Avec **Isabelle Ramuz**, Diplômée d'Optique et d'Orthoptie de la faculté de Médecine de Paris, en Master d'Ergonomie au CNAM Paris. ☎ **06 72 91 52 30**

Et **Cathy Wagner**, Maquilleuse professionnelle Studio et formatrice, créatrice de L'éveil au Maquillage. ☎ **06 07 35 10 80**

PROGRAMME ATTENTION LES YEUX !

👁️ **10-13h** Physiologie de l'œil, mécanismes, exercices relaxants et stimulations musculaires, principes ergonomiques et posture devant son ordinateur pour soulager la fatigue visuelle.

👁️ **13-14h** Pause pique-nique.

👁️ **14-17h** Morphologie, conseils montures, soins hydratants contour de l'œil, astuces pour éclairer, diminuer cernes & poches, techniques pour l'embellissement de vos yeux.

Dates 08-09 Dimanche 23 Novembre 08 Dimanche 8 Mars 09 Dimanche 17 Mai 09

Tarifs 08-09 : 238 euros et -20% à certaines dates !

Arrhes de 95 euros à l'ordre de Jam à envoyer avec votre réservation

à C.Wagner, 9 rue Madeleine Laffitte, 93100 Montreuil

<http://www.atelierdesyeux.canalblog.com>

Règlement du solde le jour de l'atelier.

Les arrhes de 95€ seront conservées pour toute réservation annulée à moins de 10 jours de la date choisie

✂️ ----- **BULLETIN D'INSCRIPTION 08-09 ATTENTION LES YEUX !** -----

Je m'inscris le Dimanche 23 Novembre 08 Dimanche 8 Mars 09 Dimanche 17 Mai 09

au tarif de **190€** en envoyant ma réservation 1 mois avant la date choisie au tarif normal de 238€

nom..... prénom h/f.....

âge profession

adresse

cp ville

mail

tel..... portable

problèmes & fatigues visuelles

nombre heures passées devant l'ordinateur/jour votre correction optiquesignature