

ENGHIEN-LES-BAINS
LE BIEN-ÊTRE À LA SOURCE

festival du bien-être | 7^e édition

EAU'ZEN

Vague, glisse et bien-être

Films,
ateliers,
concerts,
conférences,
exposition...

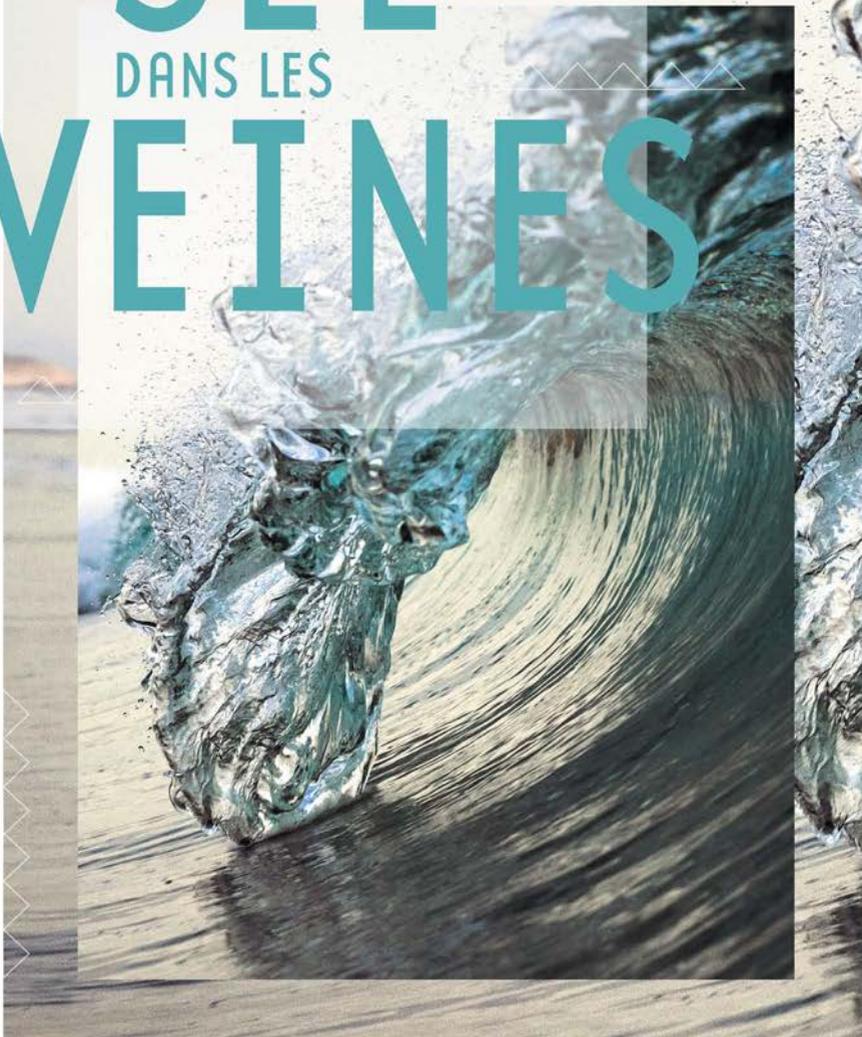
2|3|4
octobre 2015

eauzen-festival.com

DU 3 OCT.
AU 30 NOV.
2015

DU SEL DANS LES VEINES

Photographies
Baptiste HAUGOMAT



CENTRE CULTUREL FRANÇOIS-VILLON
4 Rue Talma / 01 34 12 85 89 / www.ccfv.fr

PARTENAIRES DU FESTIVAL

- Ville d'Engchien-les-Bains
- Resort Barrière d'Engchien-les-Bains
- Office de Tourisme et des Congrès d'Engchien-les-Bains

AVEC LE SOUTIEN

- Au Nom de la Rose
- Boulangerie Moulin du Lac
- Brasserie Le Paris – Engchien
- Brûlerie d'Engchien
- Centre culturel François Villon
- Centre des Arts
- Ecole de musique et de danse
- Espace Jardin Taffin
- Librairie Antipodes
- Ligne de Blanc
- Médiathèque George Sand
- Spa espace Amphorm
- Thés Christine Dattner
- Union des Commerçants d'Engchien-les-Bains

ORGANISATION

Association CRESCEND'EAUX

www.eauzen-festival.com

infos@eauzen-festival.com



Retrouver Eau Zen sur Facebook :
www.facebook.com/EauZen

RENSEIGNEMENTS

Office de Tourisme et de Congrès
d'Engchien-les-Bains

81 rue du Général de Gaulle
95880 ENGHIEN-LES-BAINS
Tel : 01 34 12 41 15

Remerciements à toutes les personnes
qui ont contribué à l'organisation du
festival, aux intervenants, aux membres
de l'Association Crescend'Eaux et à
l'ensemble des services de la Ville
d'Engchien-les-Bains.

L'exposition et le bar à thés sont en **accès libre**. Les conférences, les ateliers, les animations et le spectacle Eau'Zen sont accessibles **gratuitement** (à l'exception du petit déjeuner Bien Etre et de la projection du film au Centre des Arts) **mais subordonnés à une inscription préalable dans la limite des places disponibles** auprès de l'Office de Tourisme et de Congrès d'Engchien-les-Bains (Tel 01 34 12 41 15) à partir du **mardi 1^{er} Septembre 2015**.



EDITO



Aujourd'hui s'ouvre un nouveau chapitre d'Eau'Zen, festival du bien-être qui a su conquérir le cœur des Enghiennois et d'un public francilien intrigué par les atouts de notre station thermale. C'est la plus belle reconnaissance qui soit pour l'association Crescend'eaux qui œuvre au quotidien pour cet événement et pour instaurer ces rendez-vous privilégiés que sont les matinales Eau'Zen.

2 Avec beaucoup de sensibilité et une certaine rigueur scientifique, les acteurs du festival proposent aujourd'hui une nouvelle édition plus tonique que jamais, nous emportant de la passion océane à la vague à protéger car extension caressante de nos littoraux. Conférences, exposition, concerts, moments de relaxation et art de vivre rythmeront le festival, avec l'appui de l'office de tourisme et des congrès.

« *N'oublie pas de vivre* », nous susurrail il y a quelques années le philosophe Pierre Hadot qui sut nous réconcilier avec l'exercice antique de la philosophie, nous invitant à « nous transformer » par un art de vivre inspiré par la quête du Bien. Cela pourrait être aussi une devise formulée par le festival Eau'Zen, salvatrice pour notre époque qui invite peu à ce souci de soi.

Les indicateurs de progrès ou indices du bien-être individuel et collectif sont peu aisés à expliciter. Notre présent est en quête de sens et se montre donc vulnérable face au commerce du bien-être et à ses impostures. Jean-Jacques Gauthier et les acteurs d'Eau'Zen nous éclairent et nous ouvrent d'autres horizons au travers d'une belle programmation qui mêle poésie, science et art de vivre avec leur rigueur propre. Ce festival du bien-être, unique en son genre, manifeste aussi et surtout un souci du monde, première de nos responsabilités.

Philippe Sueur

Maire d'Enghien-les-Bains

1^{er} vice-président du Conseil départemental du Val d'Oise



L'association Crescend'eaux est née il y a 10 ans avec la volonté de s'ancrer dans un lieu, une ville d'eau et de soins pour vous offrir un autre regard sur les notions de santé, bien-être, hygiène et qualité de vie...

Par la mise en place de manifestations participatives, interactives ou contemplatives, nous avons la ferme conviction de vous apporter de la détente, de l'évasion, du lâcher prise et de l'émotion dans un écrin très privilégié, au cœur de

l'unique cité touristique et thermale du Grand Paris.

Festival, Matinales et Musicales Eau'Zen s'égrènent au fil des saisons et s'inscrivent dans cette démarche et dans ce partage de découvertes.

Cette année, la 7^e édition du Festival du Bien-être affiche une tonalité nouvelle, plus jeune et tonique, plus graphique et esthétique mais très certainement tout aussi reminéralisante et relaxante.

VAGUE, GLISSE ET BIEN-ÊTRE...

L'eau de mer, source de mouvements et de vie, concentré d'énergie et d'actifs, constituant et ressource majeure de notre planète sera en quelque sorte notre « invitée d'honneur »!

Au programme, tout comme lors de chaque édition, tous vos sens seront sollicités. Voir, écouter, sentir, goûter, toucher... ou plus simplement vivre à 100% l'instant présent dans une quête de découverte holistique.

Sur les berges du lac d'Enghien, nous vous avons concocté un week-end de mer... alors laissez vous porter par la vague! Un programme riche et varié qui, je le souhaite, comblera vos attentes.

Pour les membres de l'association qui œuvrent au parfait déroulement de ce Festival et pour moi même, ce sera un réel plaisir de vous retrouver une nouvelle fois et de partager ensemble d'authentiques moments de bien-être. Un grand merci pour votre fidélité et votre soutien sans faille depuis maintenant 10 ans.

Bon Festival à tous!

Jean-Jacques Gauthier

Directeur du Festival Eau'Zen

Président de l'Association Crescend'eaux

Vendredi 2 octobre

19h

OUVERTURE DU FESTIVAL ET INAUGURATION DE L'EXPOSITION « DU SEL DANS LES VEINES »

Centre culturel François Villon

Du 3 octobre au 30 novembre

EXPOSITION

« DU SEL DANS LES VEINES »

Photographies de Baptiste HAUGOMAT
Centre culturel François Villon

Vendredi 2 octobre

14h – 20h

ATELIERS « CORPS ET ESPRITS »

Espace du Lac

Mercredi 7 octobre

20h

PROJECTION CINÉMATOGRAPHIQUE

« GRAFFITI PARTY »

Centre des Arts

Dans le cadre du projet « La ville est un musée » sur le thème des « Marines » des œuvres réalisées par les enfants de l'Ecole d'Ormesson seront exposées dans les différents sites du Festival.

Samedi 3 octobre

10h

CONFÉRENCE « LES VAGUES : PATRIMOINES A PROTEGER »
Auditorium des Rives d'Enghien

10h à 18h

BAR À THÉS
Grand Hôtel - Salon Carmen

10h – 20h

ATELIERS « CORPS ET ESPRITS »
Espace du Lac

11h30

CONFÉRENCE « MER ET SANTE : CURE EXTERNE ET CURE INTERNE »
Auditorium des Rives d'Enghien

10h30 et 16h30

CONFÉRENCE DÉMONSTRATION « CUISINE BIEN ETRE »
Rives d'Enghien – Salon Deauville

10h30 et 11h

ATELIER CONTES (enfants)
Médiathèque George Sand

14h30 – 16h

CONFÉRENCE « LES ALGUES EN CUISINE »
Auditorium des Rives d'Enghien

15h

CONCERT QUINTETTE « AD LIBITUM »
Ecole de Musique et de Danse

15h

PROJECTION DU FILM « LES ROIS DE LA GLISSE » (enfants)
Médiathèque George Sand

15h et 16h

ATELIER MUSIQUE (enfants)
Rives d'Enghien – Salon Cannes II

14h et 16h30

ATELIERS CREATIFS (enfants)
Rives d'Enghien - Salon Cannes I

18h

CONCERT DÉTENTE « RELAXATION MUSICALE »
Auditorium des Rives d'Enghien

Dimanche 4 octobre

9h

PETIT DÉJEUNER EAU'ZEN
Pergola des Rives d'Enghien

9h45

PROMENADE DÉTENTE EAU'ZEN
Autour du lac d'Enghien

10h – 17h

BAR À THÉS
Grand Hôtel – Salon Carmen

13h30 – 16h30

ATELIERS « CORPS ET ESPRIT »
Espace du Lac

14h – 16h

ATELIER « COSMETIQUE MARINE »
Rives d'Enghien – Salon Deauville

17h

CONCERT DE CLÔTURE CLONAKILTY
Au son de la musique irlandaise
Théâtre du Casino Barrière





EXPOSITION PHOTOS

Du 3 octobre au 30 novembre 2015

Centre culturel François Villon

Du lundi au vendredi : 9 h – 12 h et 14 h – 21 h

Samedi de 9 h – 12 h et 14 h – 18 h

Ouverture exceptionnelle pendant le Festival, le dimanche 4 octobre de 11 h à 16 h

« DU SEL DANS LES VEINES »

Photos de Baptiste HAUGOMAT

Vernissage le vendredi 2 octobre à 19 h

Originaire de l'île d'Oléron, Baptiste Haugomat, 36 ans, côtoie depuis sa plus tendre enfance les rivages agités de l'Océan Atlantique. « Petit je n'étais pas très téméraire, les déferlantes me poussaient à rester au bord, et c'est en regardant mon frère glisser sur les vagues que j'ai eu envie de m'y risquer ». De la pratique estivale s'en est suivie une pratique plus assidue, le body-board et les vagues sont devenues une passion qui a rythmé sa vie. Ce n'est que bien plus tard, en 2003 avec l'arrivée du numérique, que Baptiste s'offre son premier appareil photo pour conserver des souvenirs de glisse. En 2007, il emménage du côté de Hossegor, un des spots prestigieux du surf en Europe, et se lance alors dans l'aventure de photographe spécialisé dans les sports de glisse. Depuis, il s'adonne à son plaisir aquatique et tente de restituer l'ambiance qui règne sur les plages landaises et de mettre en avant la beauté et la puissance des vagues.

« Du sel dans les veines » est une exposition basée sur les thèmes de la passion océane, d'une quête perpétuelle des vagues, et du plaisir de glisse solitaire. Les clichés choisis par le photographe mettent en avant les instants privilégiés des hommes de la mer, le spectacle que leur offre l'océan à force de patience et d'admiration. Alternance de prises de vues aquatiques et depuis le littoral, les images nous invitent à un voyage marin agrémenté de multiples émotions, de la quiétude à l'agitation, un large panel de sensations provoquées par Mère Nature...



PROJECTION CINÉMATOGRAPHIQUE

Mercredi 7 octobre à 20 h | Centre des Arts

« Dans le cadre des Mercredis cinéphiles au Centre des arts »

« GRAFFITI PARTY » (« Big Wednesday » de John MILIUS - 1978)

(selon tarifs appliqués au Centre des Arts)

Se déroulant entre 1962 et 1974, « **Graffiti Party** » s'attache à suivre l'évolution de Matt Johnson, Jack Barlow et Leroy Smith. Divisé en quatre parties correspondant chacune à une saison, « **Graffiti Party** » dépeint d'abord les personnages au sortir de l'adolescence, puis évoque l'entrée et l'installation dans l'âge adulte de ces trois Californiens, amis d'enfance et passionnés de surf. Autour d'eux, une galerie de personnages secondaires partageant un même amour de la glisse marine et parmi lesquels se détache la figure de Bear. Plus âgé, surfeur en son temps aussi talentueux que Matt, Jack et Leroy, Bear fait office de patriarche bienveillant au sein d'une bande pour l'essentiel constituée de jeunes gens. Centré sur l'évocation des destins des trois amis, « **Graffiti Party** » double cette chronique d'une jeunesse surfeuse par une évocation de l'Amérique des décennies 60 et 70. Grandes et petites histoires sont ainsi les ingrédients majeurs de « **Graffiti Party** » qui, « surf movie » oblige, ne s'éloigne jamais très longtemps du Pacifique et de ses vagues spectaculaires.



CONFÉRENCES

Samedi 3 octobre à 10h | Auditorium des Rives d'Enghien
LES VAGUES : PATRIMOINES A PROTEGER

Philippe Maison – Coordinateur Environnement
Surfrider Foundation Europe / 64200 Biarritz, France

Après un doctorat en science de l'eau à l'Institut National Polytechnique de Toulouse, Philippe Maison a exercé des activités de chercheur et d'ingénieur sur la problématique des écoulements et de la qualité de l'eau en bassins versants agricoles. Il a ensuite orienté ses missions vers le développement durable de l'analyse de projets à leur réalisation, en passant par l'évaluation de filières (maïs, soja, huile de palme, thermique,...) et les analyses économiques. Après avoir pris en charge le développement durable dans une association nationale de consommateurs, il a intégré Surfrider Foundation Europe où il dirige aujourd'hui le service « environnement », dédié à la production d'expertises et d'études, au service des missions de l'ONG (déchets aquatiques, artificialisation du littoral, qualité de l'eau et santé, patrimoine et vagues, océan et climat). Il est également spécifiquement en charge des programmes de l'ONG « artificialisation du littoral », « patrimoine et vagues » et « océan et climat ».



Les vagues sont, à l'interface entre l'océan et la côte, l'entrée vers un monde très largement méconnu de chacun, ce qui leur confère une puissance parfois mystique. Moins prosaïques mais tout aussi puissantes, elles sont la résultante de processus naturels, totalement propres à chaque lieu, qui leur donne leur caractère unique. Dépendantes de leur lieu géographique, elles sont également structurantes pour les patrimoines environnementaux mais aussi sociaux et économiques, installant ainsi des identités territoriales très fortes. Cependant, l'anthropisation du littoral, l'aménagement littoral et le changement climatique notamment font peser de réelles menaces sur les vagues et leurs patrimoines. Il nous revient de bien mesurer le caractère patrimonial des vagues et de mettre en œuvre les stratégies positives et porteuses d'avenir concourant à préserver ces patrimoines uniques.

Nous aborderons ainsi les vagues, depuis leur insertion dans nos sociétés jusqu'à l'innovation, portées par les projets de mises en valeur durables, en passant par leur formation, leurs contextes patrimoniaux et les atouts qu'elles représentent.

- Les vagues : un patrimoine naturel aux diverses facettes
- Formation des vagues : une relation intime entre l'eau, l'air et la biosphère
- Les vagues dans leur environnement : un patrimoine
- Protéger les vagues : une ambition sociétale, un travail innovant et fédérateur sur le long terme

Samedi 3 octobre à 11h30 | Auditorium des Rives d'Enghien
MER ET SANTÉ : CURE EXTERNE ET CURE INTERNE

Dominique HOAREAU, docteur en médecine

Docteur en médecine, diplômé de Biologie et Médecine du Sport, Dominique Hoareau s'est orienté depuis 1998 vers le conseil et la formation dans le domaine de la Santé et de la Prévention : gestion physiologique du stress, santé des seniors, prévention du dos, équilibre nutritionnel, thermalisme marin... Il est l'auteur de plusieurs ouvrages sur ces sujets : « Apprivoisez votre stress », Editions d'Organisation, « La Thalassothérapie » Editions CHIRON, « Thérapies marines », « Nutrithérapie marine » Editions DANGLES.



«L'eau salée représente près de 3/4 de notre composition corporelle exactement comme celle de notre planète ! Et quand on sait que toutes les formes de vie sont issues du milieu marin, quoi de plus naturel alors que de se tourner vers la mer pour y puiser les moyens de nous ressourcer de façon naturelle, que ce soit par voie externe (thermalisme marin, thalassothérapie) ou par voie interne (cure de boissons marines, nutrithérapie marine).»

Samedi 3 octobre de 14h30 à 16h | Auditorium des Rives d'Enghien
LES ALGUES EN CUISINE

Avec Thierry GALAIS, professeur de cuisine, assisté de Mikael AMISSE, chef du Royal Thalasso Barrière et Elise COTTINET, diététicienne au Royal Thalasso Barrière.

Depuis 1989, Thierry GALAIS a consacré la première partie de sa carrière à l'élaboration, au développement et au perfectionnement des méthodes et des techniques de cuisine « Bien-être ». Sa dynamique s'oriente ensuite vers la formation continue où, depuis 1996, il intervient en qualité d'expert dans la mise en place d'actions de formation destinées à des publics de professionnels de la cuisine, des diététiciens et des privés. Il a en outre contribué, de 2005 à 2009, à la rédaction du référentiel de la mention complémentaire « **Art de la cuisine allégée** » auprès de l'inspecteur général de l'Education nationale. **Sa valeur ajoutée** se situe dans son expérience opérationnelle, son expertise de la cuisine « Bien-être » au service d'une pédagogie évolutive, qui s'attache à apporter des réponses innovantes aux besoins de ce secteur d'activité. Il est auteur de deux ouvrages : « **Cuisine et Diététique** » et de « **Cuisine aux algues** » et également rédacteur de nombreux articles dans la presse spécialisée.



Les légumes marins sont largement utilisés depuis des siècles dans les pays d'Asie tant pour leurs goûts parfumés que pour leurs bienfaits prouvés.

La salicorne est davantage connue, l'agar-agar, la spiruline, la laitue de mer, le kombu royal ou breton ou bien le wakamé ne font pas encore forcément partie de nos menus. Pourtant, cet accompagnement est particulièrement riche et sain pour la santé.





CONCERTS & DETENTE

Samedi 3 octobre à 15h | Ecole de Musique et de Danse

QUINTETTE « AD LIBITUM »

Ana-Maria GORCE, piano / Benjamin DUCASSE, violon / Bénédicte DETTON-JOLY, alto
Fettouma ZIOUANI, cello / Gilbert BRIEZ, contrebasse

Quintette opus post. 114 « La Truite », pour piano, violon, alto, violoncelle et contrebasse en la majeur de Franz SCHUBERT

Œuvre incontournable de la musique de chambre, le quintette « La truite » a néanmoins pour particularité d'avoir été écrit pour une formation instrumentale originale et rarement utilisée. Le piano ne s'y unit pas à un quatuor à cordes traditionnel, mais à un violon, un alto, un violoncelle et une contrebasse. L'œuvre la plus populaire du répertoire de musique de chambre est sans doute ce quintette, œuvre de jeunesse composée à 22 ans, bien qu'il puisse paraître étrange d'utiliser ce terme pour un compositeur qui ne vécut que 31 ans ! On tombe sous le charme de son opulence sonore, de sa gaîté et de sa fraîcheur.

Nocturne d'Adrien POLITI

Adrien POLITI est né en 1957 en Argentine. Jusqu'en 1986 il est professeur de guitare, chef de cœur et membre de plusieurs ensembles de musique de chambre : trio et quatuor de guitares, duo flûte et guitare, duo violon et guitare. Arrivé à Paris, la même année, il fait deux découvertes essentielles : le tango et la composition. Il compose pour guitare mais aussi pour des formations très diverses telles que piano à quatre mains, chœur d'enfants, sextuor à vents, etc.

Samedi 3 octobre à 18h | Auditorium des Rives d'Enghien

RELAXATION MUSICALE

Avec Jean-Pierre BLUTEAU et Jean-Jacques GAUTHIER

Une musique douce et propice à la relaxation associée au parcours vocal du sophrologue, une expérience « en live » pour connaître cet état de conscience qui vous transporte entre veille et sommeil et vous apporte détente et réconfort.

Jean Pierre BLUTEAU est guitariste, chanteur, compositeur, arrangeur, musicologue, spécialiste de musiques du monde et de chanson française. Il joue de toutes les familles d'instruments à cordes pincées et à plectre ainsi que des flûtes ethniques et percussions traditionnelles. Compositeur de musiques de films et de ballets, de musiques de chambre et musiques symphoniques, d'harmonisations pour chorales et ensembles vocaux. Fondateur du groupe « Pachacamac » et du trio vocal « Les Copains d'Abord ».

Jean Jacques GAUTHIER est sophrologue, kinésithérapeute et moniteur de sport. Il partage son activité entre le Spa Espace Amphorm d'Enghien-les-Bains, le conseil et la formation auprès de structures de bien-être spas et thalasso.



ATELIERS & DEMONSTRATIONS

Samedi 3 octobre à 10h 30 et 16h 30 | Rives d'Enghien – Salon Deauville

« CUISINE BIEN ÊTRE »

Comment utiliser les algues en cuisine ?

Mikaël AMISSE, chef du Royal Thalasso Barrière

Elise COTTINET, diététicienne au Royal Thalasso Barrière de La Baule

Avez-vous déjà mangé des algues ? Nous en mangeons sans le savoir et il existe des multiples façons de les cuisiner. Leur valeur nutritionnelle est exceptionnelle. Un nouveau légume à découvrir !

Dimanche 4 octobre de 14h à 16h | Rives d'Enghien – Salon Deauville

ATELIER DECOUVERTE « COSMETIQUE MARINE »

Elisabeth BOUSSELY, Bretagne Cosmétiques Marins, Thalion

Esthéticienne diplômée depuis 34 ans, professeur et directrice d'école d'esthétique pendant 15 ans, formatrice internationale depuis 17 ans pour de nombreuses marques professionnelles et chez BCM depuis 3 ans et demi.

L'atelier présentera le savoir-faire des algues, explication de la récolte, de leur transformation jusqu'au produit fini. Démonstration de l'application des alginates et gélifiants aussi présents dans l'alimentation, les effets cosmétiques.

Depuis plus de 20 ans, Thalion est la seule marque de cosmétique marine à maîtriser toutes les étapes de son activité : de sa propre récolte de la matière première, à la recherche scientifique sur le végétal marin, en passant par la mise au point d'actifs innovants, l'élaboration de protocoles de soins exclusifs et le développement de formules ultra-concentrées.

C'est grâce à ce savoir-faire unique qui fait sa force, que la marque se positionne légitimement en tant que Créateur de Cosmétique Marine.

ATELIERS & CINEMA ENFANTS

Samedi 3 octobre | Médiathèque George Sand

De 10h 30 à 11h pour les enfants de 0 à 3 ans

De 11h05 à 11h35 pour les enfants de plus de 3 ans

ATELIER « CONTES ÉTRANGES ET FONDS MARINS »

Dominique SMADJA, conteuse

Samedi 3 octobre à 15h 30 à 16h 45 | Médiathèque George Sand

LES ROIS DE LA GLISSE

Film d'animation, réalisé par Ash BRANNON et Chris BUCK – A partir de 6-7 ans

Sur sa banquise, le jeune Cody rêve de devenir le champion du monde des surfeurs. Il espère qu'en intégrant le monde prestigieux de la compétition, il trouvera enfin le respect et l'admiration qu'il n'a jamais eus. Accompagné d'une équipe de reportage qui filme son incroyable aventure, Cody quitte son univers glacial pour rejoindre le paradis ensoleillé de l'île de Pin Goo où va se dérouler la compétition. Sa rencontre avec un vieux surfeur surnommé « Geek » va changer son destin et donner un vrai sens à sa quête. Le jeune intrépide qui n'était venu que pour remporter une médaille va gagner bien davantage...

Samedi 3 octobre à 15h et 16h | Rives d'Enghien – Salon Cannes II

ATELIER MUSIQUE

Les enfants seront emmenés par Claire LAROCHE ROBERT, au gré de l'eau et de la mer par des chansons, des illustrations sonores avec des instruments mis à disposition ainsi que des matériaux comme des papiers et des coquillages.

15h : pour les enfants, jusqu'à 3 ans accompagnés d'un parent

16h : pour les enfants de 3 à 6 ans, accompagnés d'un parent

ATELIERS CREATIFS

Samedi 3 octobre 2015 de 14h à 15h 15 | Rives d'Enghien – Salon Cannes I

SURFER SUR LA VAGUE !

Avec Nathalie DUJARDIN

Atelier de poésie illustrée au cours duquel les enfants seront invités à écrire un poème sur le thème proposé (avec l'aide de l'intervenante auteure), puis à l'illustrer sur une double carte.

Age : 8 – 11 ans

Nombre : 12 enfants max. accompagnés d'un parent.

Tous les enfants repartiront avec leur création personnelle.

Samedi 3 octobre de 15h 30 à 16h 45 | Rives d'Enghien – Salon Cannes I

DANS LES VAGUES !

Avec Nathalie DUJARDIN

Création d'une carte en volume « Autour de Huguette, la crevette, dans les vagues ! »

Age : 4 à 7 ans

Nombre : 12 enfants max. accompagnés d'un parent

En fin d'atelier, il sera proposé la dédicace de l'Album : Huguette, la crevette qui est bien trop pipelette ! (éditions Eveil et Découvertes).



ATELIERS CORPS & ESPRITS

Vendredi 2 octobre de 14 h à 20 h

Samedi 3 octobre de 10 h à 20 h

Dimanche 4 octobre de 13 h 30 à 16 h 30 | Espace du Lac

Ateliers animés par des praticiens et intervenants d'Enghien-les-Bains et de la région kinomitchi, kalaripayat, méditation, respiration, taiji quan, massage visage, massage dos, stretching.

Association K Shin Dojos, Bertrand BAHUREL, Jérôme FROMENT, Christine HANO, Anne POIRRIER

Vendredi 2 octobre à 14 h et à 19 h | Espace du Lac

« Comment mieux vivre grâce à la méthode K'Tallysa ? »

Lors de cet exposé, Patricia VENTRE vous racontera pourquoi K'TALLYSA, méthode inédite de Mieux Être par le physique et le sensoriel, est née l'année dernière.

Après avoir identifié les méthodes liées aux phénomènes de Mode et les illusions qui font croire que tout est possible sans effort, elle sera heureuse de partager avec vous le fruit de ses expériences et le regard qu'elle propose aujourd'hui pour avancer dans la vie autrement grâce à un cerveau et à un corps en pleine forme.

ANIMATIONS

Dimanche 4 octobre à 9 h | La Pergola, Rives d'Enghien

PETIT DÉJEUNER EAU'ZEN

Mikaël AMISSE, Elise COTTINET : les conseils pour composer un petit déjeuner « exemplaire ». Une initiation pratique autour d'un buffet varié et appétissant. *(Participation 8 €)*



Dimanche 4 octobre à partir de 9h45 | Autour du Lac d'Enghien (départ Jardin des Roses)

PROMENADE AUTOUR DU LAC

Marche santé autour du lac avec des étapes de découverte des différentes techniques de « bien être ». En collaboration avec les associations locales et les praticiens d'Enghien-les-Bains.

BAR A THÉS

Samedi 3 octobre de 10 h à 18 h

Dimanche 4 octobre de 10 h à 17 h | Grand Hôtel, Salon Carmen

CONNAISSEZ-VOUS LES SAVEURS DES THÉS ?

Dans un esprit ludique et pédagogique, Christine DATTNER, créatrice des thés du même nom et Thomas ALDANA, propriétaire de la Brûlerie d'Enghien, vous proposent tout au long du week-end une dégustation des thés du monde et répondront à toutes vos questions.

Un « Tea Show » aura lieu à 11h, 14h30 et 16h.

Christine DATTNER exerce sa passion pour le thé depuis 35 ans.

Elle débute sa carrière en qualité de directrice du comptoir de thés parisien « Betjeman & Barton » dans les années 80, puis crée sa propre marque « Les contes de thé » rive gauche à Paris ; elle sera par la suite directrice du département thé du groupe Olivier Langlois. Depuis 2011, elle distribue ses propres compositions sous la marque Christine Dattner.

CONCERT DE CLOTURE

Dimanche 4 octobre à 17 h | Théâtre du Casino Barrière

CLONAKILTY

AU SON DE LA MUSIQUE TRADITIONNELLE IRLANDAISE

Musiciens : Kevin O'Connell (chant, guitare, bodhran), Chantal Arnould (violon, alto), Daniel Guais (guitare, banjo 5 cordes, bodhran et chant), Hervé Noack (flûte irlandaise, tin et low whistles, bodhran), Patrick Larcheron (bouzouki, mandoline)

Le groupe de musique traditionnelle irlandaise CLONAKILTY est composé de 5 musiciens qui se connaissent depuis toujours, s'apprécient et ont développé des expériences musicales parallèles dans plusieurs formations franciliennes. Les voilà désormais réunis pour vous faire partager chansons irlandaises et toujours ce plaisir communicatif qui vous donnera envie de bouger... et de danser.

Leurs concerts se terminent par une « animation danse » menée par leur Maître à danser (ou caller) qui s'adresse aussi bien aux danseurs débutants que confirmés.



RENSEIGNEMENTS

ASSOCIATION CRESCEND'EAUX

Hôtel de Ville
www.eauzen-festival.com

AUDITORIUM DES RIVES D'ENGHEN BARRIERE

87 rue du Général de Gaulle
www.lucienbarriere.com

BRASSERIE PARIS-ENGHEN

1 rue de l'Arrivée
01 34 12 80 28

BRULERIE D'ENGHEN

15 bis rue du Général de Gaulle
01 34 12 82 26 – www.bruleriedenghien.fr

CENTRE CULTUREL FRANCOIS VILLON

4 rue Talma
01 34 12 85 89 – www.ccfv.fr

CENTRE DES ARTS

12-16 rue de la Libération
01 30 10 85 59 – www.cda95.fr

ECOLE DE MUSIQUE ET DE DANSE

8 boulevard Hippolyte Pinaud
01 39 64 11 67
www.musique.ville-enghienlesbains.fr

ESPACE DU LAC

93 rue du Général de Gaulle

HOTEL DU LAC BARRIERE****

89 rue du Général de Gaulle
01 39 34 11 00 – www.lucienbarriere.com

GRAND HOTEL BARRIERE****

85 rue du Général de Gaulle
01 39 34 10 00 – www.lucienbarriere.com

MEDIATHEQUE George Sand

5-7 rue de Mora
01 34 28 42 28 – www.georgesand95.fr

OFFICE DU TOURISME

81 rue du Général de Gaulle
01 34 12 41 15
www.ot-enghienlesbains.fr

RIVES D'ENGHEN BARRIERE

87 rue du Général de Gaulle
www.lucienbarriere.com

THEATRE DU CASINO BARRIERE D'ENGHEN-LES-BAINS

3 avenue de Ceinture
01 39 34 10 80 – www.lucienbarriere.com

PLAN D'ENGHEN-LES-BAINS

POUR VOUS RENDRE À ENGHEN-LES-BAINS

▪ VOITURE : De Paris-La Défense, prendre l'A86 puis A 15 (direction Cergy-Pontoise)
Sortie : Enghien-les-Bains

▪ TRAIN (Gare SNCF) : Depuis Paris Gare du Nord, ligne H Paris-Valmondois ou Paris-Pontoise
Arrêt : Enghien-les-Bains

POUR STATIONNER

Parking du Casino
ou Parking de la Mairie



- P PARKING
- OFFICE DE TOURISME
- MEDIATHEQUE GEORGE SAND
- CENTRE DES ARTS
- RIVES D'ENGHEN
- HOTEL DE VILLE
- ECOLE DE MUSIQUE ET DE DANSE
- THEATRE DU CASINO
- CENTRE CULTUREL FRANCOIS VILLON / ESPACE DU LAC
- GARE SNCF ET GARE ROUTIERE

Les thés CHRISTINE DATTNER

Paris



Une magnifique gamme de sachets mousseline cousus à la main avec son sur-enveloppement biodégradable aux couleurs du thé. Une sélection idéale, qualitative et luxueuse.

VOTRE BIEN-ÊTRE SUR UN PLATEAU

SPARK Soins, Sport & Spa



PISCINE À DÉBOREMENT
PARCOURS AQUATIQUE
SALLE DE REPOS · BALNÉOTHÉRAPIE
HAMMAMS · SAUNAS
ESPACE CARDIO-TRAINING
COURS COLLECTIFS · MUSCULATION
CABINES DE SOINS

Renseignements & réservations

01 39 34 10 50

www.spark-enghien.fr



RESORT
BARRIÈRE
ENGHIEN-LES-BAINS

87 rue du Général de Gaulle · 95880 Enghien-les-Bains

Ouvert du lundi au samedi de 8h30 à 21h00 et le dimanche de 9h00 à 20h30. Accès interdit aux moins de 16 ans.