GRANDS THERMES
BAGNÈRES DE BIGORRE
DEPUIS 1823

NOUVEAU PROGRAMME

Dépression périnatale / burn out parental

Chaque année, la dépression postnatale touche en France 15 à 20% des jeunes mères et 10% des pères, soit près de 150 000 femmes et 60 000 hommes dans l'année suivant la naissance de leur enfant

Les Grands thermes de Bagnères de Bigorre, **spécialisés dans la prise en charge des affections psychosomatiques (stress, anxiété, surmenage...), proposent en complément de la cure thermale conventionnée un programme exclusif pour accompagner les jeunes parents vivant une dépression périnatale ou un burnout parental.**

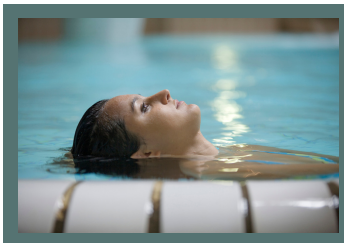
OFFERTS: 3 ACCES DETENTE AU SPA THERMAL AQUENSIS

PRESTATIONS INDIVIDUELLES

2 entretiens psycholologiques
2 entretiens avec une sage femme
1 lâcher prise aquatique (relaxation en piscine thermale)

PRESTATIONS COLLECTIVES

1 atelier d'échanges :
travail de psychoéducation
1 atelier sur le lien mère/enfant
1 atelier dietétique: l'assiette anti-stress
1 atelier sophrologie et EFT
1 méditation de pleine conscience
2 séances de gym pré ou post-natale



05 62 95 00 23
thermes-bagneres.fr

3 sessions de 3 semaines sur la saison:
mai - sept - nov.

Tarif 2024
229€