

# Une soirée seulement pour ces dames...



**Proposée par quelques volontaires, la démonstration de Nia, la danse du bien-être, a été appréciée par les participantes.** Photo RL

Grâce à l'association Formé Bien-être, qui avait programmé une soirée spéciale filles à la Cave, ces dames et demoiselles ont pu prendre soin d'elles de bien des manières. Cette première expérience s'est traduite par une réussite, puisque plus de cinquante femmes ont répondu présent, ces messieurs n'étant bien sûr pas invités.

Ça commence donc fort pour la nouvelle saison de l'association dont l'activité est, entre autres, d'organiser des ateliers à thème pour favoriser le bien-être. Pendant plusieurs heures, les participantes ont ainsi pu se faire dorloter en passant par les divers ateliers tenus par des professionnelles de la région et du Luxembourg. Ont été proposés : du relooking, de la coiffure, du maquillage, de la manucure, des massages et de la réflexologie, etc.

Des stands bijouterie et petite lingerie ont complété ce panel déjà bien fourni. Mais le

but était aussi de passer un moment agréable entre copines, s'amuser... avec une représentation de Nia – la danse du bien-être – pour débiter la soirée et de « *chair dancing* » pour la clôturer. Boissons et repas étaient proposés tout au long de l'animation, ainsi qu'une tombola.

« *C'est une expérience à renouveler, car je n'ai eu que des retours positifs et des demandes allant dans ce sens, confie Nathalie, responsable de l'association organisatrice. Mais c'est beaucoup de préparation et d'organisation.* »

L'association Formé Bien-être travaille en partenariat avec la MJC de Villerupt. Des cours de méditation sont proposés les mercredis matin à 9h30, ainsi que des ateliers de Nia, les lundis soir dès 18h30 à la salle Voltaire à Cantebonne.

**Renseignements  
et inscriptions à :  
forme\_bienetre@live.fr**