

FEVRIER

ATELIER SOPHRO ENFANT-PARENT (6-10ans)
Mercredi 14 et Samedi 24 février 14h30-16h 20€



Venez vivre un moment de partage avec votre enfant pour apprendre des exercices faciles et ludiques à utiliser en famille.
Sandrine BOURREAU tel: 06 15 55 27 20
sophrologue

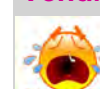
ATELIER COSMETIQUES NATURELS ADOS
Mercredi 14 et 21 février 16h30-18 Matériel fourni 35€



Découverte et fabrication
Personnalisation d'un gloss + un gel douche
Marianna DUBOIS tel: 06 88 31 06 32
Esthéticienne

MARS

BURN IN ET PREVENTION OUT cycle de 3 conférences
Vendredi 2 mars 19h30 15€



Retrouver l'équilibre grâce à une alimentation adaptée (burn out 2)
Julie PAGESSE tel: 06 65 21 50 67
Naturopathe-Réflexologue

ATELIER NUTRITION
Samedi 3 février 13h-14h30 12€



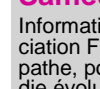
Addiction au sucre, comment en sortir?
Trucs et astuces
Sophia GERMAIN tel: 06 64 95 42 65
Nutritionniste

ATELIER: LA TROUSSE A PHARMACIE NATURELLE
Samedi 3 mars 14h30-16h30 25€



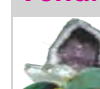
Des outils naturels afin de pouvoir être autonome face aux tracas de la vie quotidienne: grippe, rhume, gastro, brûlure...
Sandra GUNTHER tel: 06 68 02 73 79
Naturopathe - sophrologue

CONFERENCE: LA MALADIE DE LYME
Samedi 3 mars 17h30 participation libre



Informations sur la maladie de Lyme données par Claude CUQ de l'association France Lyme et une approche naturelle par Julie PAGESSE, naturopathe, pour prévenir et accompagner au mieux les troubles de cette maladie évolutive.
Claude CUQ tel: 07 82 38 20 44
Julie PAGESSE tel: 06 65 21 50

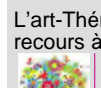
CONFERENCE: DES PIERRES POUR VOTRE SANTE
Vendredi 9 mars 19h30 10€



ou comment améliorer rapidement votre santé grâce aux minéraux
Marc DAUPHIN, litho thérapeute

MARS

MALADIE D'ALZHEIMER ET ART-THERAPIE
Lundi 12 mars 15h-17h 5€



L'art-Thérapie permet de s'exprimer différemment notamment quand le recours à la parole est difficile et de trouver des nouvelles ressources.
Sylvie GOUTTE-NESME tel: 04 74 48 62 23
Art-Thérapeute « les ateliers de l'être »

ATELIER DE CONNAISSANCE DE SOI
Jeudi 15 mars 19h30 15€



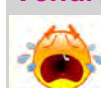
Développer la Connaissance de Soi pour vivre en cohérence-même au travail! Plusieurs thématiques explorées, de connaissance de soi pour vous permettre une vie qui vous ressemble.
Annabelle PLENIER tel: 06 85 19 05 69
Coach du réseau Cap Cohérence

ATELIER DE CREATION DE COSMETIQUES NATURELS
Samedi 20 janvier 17h30-19h 38€



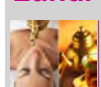
Bioté sous la douche:
Fabrication d'un shampoing solide + un gel douche
Marianna DUBOIS tel: 06 88 31 06 32
Esthéticienne

BURN IN ET PREVENTION OUT cycle de 3 conférences
Vendredi 2 mars 19h30 15€



Retrouver l'équilibre grâce à des outils naturels: (burn out 3)
aromathérapie, plantes, exercices pour réguler le stress
Julie PAGESSE tel: 06 65 21 50 67
Naturopathe-Réflexologue

CONFERENCE: « L'AYURVEDA AU FIL DES SAISONS »
Lundi 26 mars 19h30 15€



Le printemps. Comprendre comment nous fonctionnons en relation avec la nature et les saisons et quoi mettre en œuvre pour limiter nos déséquilibres en fonction de notre constitution personnelle pour rester en bonne santé.
Catherine Martin tel: 06 62 30 35 06
Praticienne en Ayurvèda, Enseignante en yoga intégral

ATELIER MASSAGE BEBE
Vendredi 30 mars 10h-12h 15€



Vous accompagner pour prendre soin de votre bébé dans une activité apaisante et chaleureuse.
Anne BUFFARD tel: 06 47 81 58 99
Doula, accompagnante

STAGE D'ART-THERAPIE: « du Visible et l'Invisible »
Dimanche 4 mars et 1er avril 9h30-17h 60€



Prévoir matériel 8€- repas à partager
Une journée pour se relier à soi, se relier à l'espace poétique dans une capacité à être, dans la création. Savoir accueillir les surprises de créations dans les multiples de soi.
Dominique LANGLOIS tel: 06 21 41 91 79
Artiste peintre et Art - Thérapeute

LES RENDEZ-VOUS INDIVIDUELS

LUNDI

« SOURCE ET RESSOURCES »
Massages bien-être

Massages relaxants et dynamisants d'1/2h ou 1h

Les lundis après-midi
Françoise PERRIN rendez-vous au 06 13 85 56 58
Praticienne en massage bien-être

MARDI

COORDINATION RESPIRATOIRE MDH

Méthode d'éducation à la respiration qui a pour but de développer et maintenir un système respiratoire optimal.
Confort et bien-être, gestion du stress, qualité vocale, optimisation des performances sportives, artistiques...

Présentation gratuite de la méthode mardi 23 janvier 19h30

MASSAGES BIEN-ÊTRE

Des pratiques très douces et d'autres plus toniques, pour détendre le corps, apaiser le mental, faire circuler les énergies vitales. Avec ou sans huile, du corps entier ou en partie ainsi que de la réflexologie plantaire.

Les mardis après-midi
Annie VIGNOUD rendez-vous au 06 86 72 81 46
Praticienne en Coordination Respiratoire et en massage bien être

MERCREDI



Esthétique sur mesure au naturel
Venez prendre soin de vous

Soin du visage - soin du corps
Maquillage - beauté des mains et des pieds
Produits naturels et techniques manuelles spécifiques

Les mercredis matins
Marianna DUBOIS rendez-vous au 06 88 31 06 32
Esthéticienne

Psychologie clinique et systémique
Adolescent - Adulte

Thérapie familiale multidimensionnelle (MDFT)
Thérapie cognitivo-comportementale (TCC)
Entretien motivationnel (EM)

Entretien individuel / couple / famille

Les mercredis après-midi (à partir de février 2018)
Claire DUMOULIN rendez-vous au 06 02 37 92 22
Psychologue

LES RENDEZ-VOUS INDIVIDUELS

JEUDI

ATMASYA

Rituels drainants Atmasya :
Entrez de plain-pied dans l'Ere du Bien-être

Permettre à chacun de sentir un bien-être profond, simplement, dans le respect du vivant et l'amour bienveillant de son prochain.

Les rituels drainants sont des mouvements innovants, une écoute intérieure des messages transmis par votre corps et une réceptivité magnifiée par une bienveillance et une attention de chaque instant.
Leur douceur invite à un lâcher prise naturel, invitant le bien-être à s'installer en toute simplicité.

Le jeudi sur la journée
Jack FONTANGE rendez-vous au 06 84 31 29 47

SAMEDI

BIEN-ÊTRE

Katja Drienling vous accompagne avec grand plaisir sur votre chemin du bien-être par le coaching, les massages bien-être, la sophrologie, le reiki et les fleurs de Bach.

Les 2ème et 4ème samedis du mois
Katja DRIELING rendez-vous 06 38 82 67 61

CONSULTATIONS AYURVEDIQUES

Bilans - conseils - massages

Le 3ème samedi du mois
Jacques WAHL rendez-vous 06 88 25 00 37
Conseiller Praticien Ayurvédique
Professeur de Hatha Yoga et de Méditation (MOL)
Certifié par l'institut JIVA à Faridabad-Inde

la cabane de SAVEUR

Ce lieu nouveau et chaleureux, ouvert à tous, propose dans un esprit convivial des rencontres et des activités diverses.
Il permet à chacun de découvrir et de vivre des pratiques nouvelles, individuelles ou collectives dans la bienveillance et la simplicité.

ateliers cuisine naturopathe
méditations cercle de pardon réflexothérapie
nutritionnel médecine traditionnelle chinoise
nutrithérapie astrologie quantique
massages aromathérapie couture soins
conférences groupe de parole
numerologie lectures de parole
café allaitement lectures divinatoires
méditations fleurs de Bach bien-être
olfactothérapie ayurvèda
coordination respiratoire MDH

ma cuisine intuitive
ateliers de cuisine bio & responsable

Cheffe bio à domicile
Ateliers / Stages

Edith Dumont
06 83 43 91 77

www.macuisineintuitive.com - edith@macuisineintuitive.com

NATUROPATHE RÉFLEXOLOGUE
Certifiée FENA

Julie PAGESSE
julie.pagesse@free.fr
T. 06 65 21 50 67

Claire Dumoulin
Psychologie clinique et systémique
Adolescent-Adulte

Thérapie Familiale Multidimensionnelle (MDFT)
Thérapie Cognitivo-Comportementale (TCC)
Entretien Motivationnel (EM)

Entretien individuel \ couple \ famille

T. 06 023 79222
clairedumoulin.psy@yahoo.fr

la cabane
de **SAVEUR NATURE**

Un lieu pour cultiver un art de vivre

Programme
Janvier - Février - Mars 2018

LES ACTIVITES REGULIERES

LUNDI

INITIATION PRATIQUE A LA MEDECINE TRADITIONNELLE CHINOISE

Atelier annuel complet jusqu'à juin 2018

Emanuel PASSAS

tel: 06 44 10 18 47

ATELIERS: « choisir sa vie avec ses vibrations »

Présentation gratuite de cet atelier lundi 15 janvier à 19h30

ATELIER ASTROLOGIE QUANTIQUE sur 3 modules:

- 1- Découvrir notre caractère, notre comportement et notre potentiel
- 2- Approcher notre mission de vie, nos peurs et blessures
- 3- Pratique: flash personnalisé (prévoir date, heure et lieu naissance)

ATELIER HUILES ESSENTIELLES ET FLEURS DE BACH

- 1- qualité, usage, quelles huiles pour quels symptômes
- 2- leur « magie » au quotidien
- 3- les fleurs de Bach pour entrer dans la subtilité de nos émotions.



LUNDI 15 et 29 /01 ; 19/02 ; 19/03 ; 30/04 ; 28/05; 2/07

19h30-22h 30€/séance

Sylvette GONNON. TEL: 06 08 93 45 31

Astro quantique, FLeurs de bach et Huiles essentielles

Atelier de lecture d'œuvres psychanalytiques

Objet: Approfondir les concepts relatifs au fonctionnement du psychisme de l'être humain.

Objectif: Mieux comprendre comment nous fonctionnons

LUN 22 jan.12 fev.12 mars. 23 avril. JEU 24 mai et LUN 4 juin à 19h15

Tarif: adhésion à l'association 150€/an



Jacques CHAPEAU tel: 06 43 37 95 88

Psychanalyste

MON TABLEAU D'INTENTIONS 2018

Imaginer symboliser, inscrire nos intentions en créant un tableau afin de mieux les enraciner dans notre vie quotidienne.



LUN 8, 15 et 22 janvier 14h30-16h30

Sylvie GOUTTE-NESME tel: 04 74 04 86 23

Art-thérapeute

MARDI

ATELIER GROUPE SOPHROLOGIE

Une pratique mais aussi démarche personnelle qui permet d'aller vers une meilleure connaissance de soi, vers le développement de ses capacités d'action, d'adaptation et d'épanouissement.



MARDI (sauf vacances) 9h15-10h15 et 19h-20h 15€

Sandrine BOURREAU. tel: 06 15 55 27 20

Sophrologue

ATELIER: « COUTURE HAUTE EN COULEUR »

Partager une passion, transmettre un savoir-faire et tisser des liens

- Couture recyclage, confection d'un vide-poche réversible jean/coton
- Couture gourmande, confection d'un sac à cake réversible
- Couture du monde, confection d'un sac japonais

MARDI 16 janvier - 27 février - 20 mars

15h-17h Fournitures comprises 25€

Nienke GRASSET-EVERTS tel: 06 70 86 47 79



MERCREDI

HYPNO POIDS

Sophia et Magalie, vous accompagnent dans la perte ou la stabilisation de votre poids, en toute simplicité et dans la joie.



MERCREDI 7/02-28/02 et 14/03 à 9h la séance 60€

MERCREDI 28/02-14/03 et 4/04 à 10h30

Sophia BENALI et Magalie LECLERC GAYAUD

Nutritionniste

Hypno-Thérapeute

tel: 06 69 10 35 15

MEDITATION PLEINE CONSCIENCE MBSR-MBCT

Programme sur 8 semaines pour la réduction du stress et la prévention des rechutes dépressives

Pratiquer l'entraînement de l'attention par le scan corporel, les étirements/ le yoga en pleine conscience, la méditation assise et la marche consciente. Et dans le non-jugement, ouvrir l'esprit sur les événements positifs.



MERCREDI à partir du 17 janvier 9h15-11h15 20€

Agnès PAUTRAS tel: 06 28 22 72 08

Sophrologue

JEUDI

ATELIERS D'EXPRESSION ET DE CREATION

Atelier chant: Accueillir son chant intérieur, le faire naître et grandir dans l'ici et maintenant. (toutes les 3 semaines)

Atelier dessin: Développer l'art d'observer et de dessiner sans le jugement du mental en étant totalement présent dans l'instant

Atelier terre: Dans l'ici et maintenant, se laisser guider par la terre laisser faire nos mains, lâcher notre mental. (toutes les 3 semaines)



JEUDI à partir du 18 janvier 9h30-11h30 12€

Sylvie GOUTTE-NESME tel: 04 74 04 86 23

Art-thérapeute

ATELIERS DE MEDIATION ARTISTIQUE

Dominique Langlois vous accompagne dans la création pour le développement de votre personnalité artistique.

Enseignement de techniques mixtes, dans l'écoute.

Dessin - Technique couleurs et peinture.



JEUDI à partir du 18 janvier 14h-16h 25€

18€ les 10 séances

Dominique LANGLOIS tel: 06 21 41 91 79

Art-Thérapeute et Artiste Peintre

certifiée de l'INECAT Paris

COURS DE MEDITATION GUIDEE

Le but de cette pratique collective est d'être capable de prendre du recul par rapport à ses états d'âme, afin de les rendre moins persistants et moins sérieux, avant de devenir l'observateur passif. contemplation, introspection, visualisation, mantras...



JEUDI tous les 15 jours dès le 18 /01 18h-19h 5€

Jacques WAHL tel: 06 88 25 00 37

Conseiller Praticien Ayurvédique

GROUPE DE PAROLE ET DE MEDITATION

Atelier annuel complet jusqu'à juin 2018

Jeudi (tous les 15 jours) 19h30-21h 15€

Laetitia BARROSO et Brice MARTIN tel: 06 42 37 95 24 & 07 83 75 45 12

Praticien et formateur en MTC

VENDREDI

CAFE ALLAITEMENT

Je vous propose de nous rencontrer pour échanger autour de l'allaitement...un moment pour se soutenir, trouver des pistes, se conforter dans ses choix, dans le respect, la convivialité et la bienveillance.



VEN 19 janvier, 2 février et 16 mars 9h30-11h 5€

Anne BUFFARD tel: 06 47 81 58 99

Doula, accompagnante

LA CUISINE AYURVEDIQUE AU QUOTIDIEN

CYCLE DE 8 ATELIERS CUISINE

Nous découvrirons les bases de la cuisine ayurvédique: Quelles épices et herbes privilégier; l'impact des saveurs sur notre métabolisme; les ingrédients qui équilibrent notre constitution...Nous apprendrons puis dégusterons des recettes de saison faciles à reproduire au quotidien, pour cultiver notre créativité et notre vitalité.



VEN 12 & 26 jan; 2 & 9 fev; 2,9,16 & 23 mars

11h30-14h 25€/atelier (si 8 ateliers) ou 38€/l'atelier

Edith DUMONT tel: 06 83 43 91 77

Chef bio à domicile - ma cuisine intuitive -

MEDITATION ET PAROLE DE GROUPE

Un thème abordé afin de s'éclairer les uns les autres de nos différents points de vue, et s'élever au-delà de nos filtres personnels à travers lesquels nous percevons le monde.



Les derniers VENDREDIS du mois 19h30 12€

Laetitia BARROSO tel: 07 83 75 45 12

Brice MARTIN tel: 06 42 37 95 24

« le sens du temps »

TENTE ROUGE

« Cercle de femmes ». Se retrouver entre femmes, sous la tente, dans un espace bienveillant et chaleureux pour partager.



VEN 19 janvier, 2 février et 16 mars 20h 15€

Anne BUFFARD tel: 06 47 81 58 99

Doula, accompagnante

SAMEDI

ATELIER « COUTURE HAUTE EN COULEUR »

Pour concrétiser un projet de couture qui vous inspire « Le plaisir de créer du lien, partager ma passion, transmettre du savoir-faire et vous amener vers l'autonomie...Laissez-moi vous montrer comment la couture est accessible. »



Tous les SAMEDIS 10h-12h 15€ (hors fourniture)

Nienke GRASSET-EVERTS tel: 06 70 86 47 79

ATELIER DE TISSAGE A LA CEINTURE

Le tissage à la ceinture trouve ses sources dans différentes traditions de par le monde, .. Nous utiliserons donc des matériaux premiers Il est bon de savoir que la pratique du tissage nécessite de la patience et une certaine rigueur. Ce tissage se pratique en reliance avec qui nous sommes et nous observerons donc les liens entre notre ouvrage et notre cheminement personnel. Accompagnement avec bienveillance et dans l'esprit de la sororité.



SAMEDI 27 jan JEUDI 22 fev et SAMEDI 31mars

9h30-12h30 et 14h-17h (repas sur place à partager)

prévoir 20€ en plus pour le matériel 60€

Aurélie et Carole tel: 06 95 27 30 19

LES ACTIVITES PONCTUELLES

JANVIER

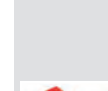
Mercredi 3 janvier 14h30-16h 20€

Venez vivre un moment de partage avec votre enfant pour apprendre des exercices faciles et ludiques à utiliser en famille.

Sandrine BOURREAU tel: 06 15 55 27 20

ATELIER D'ASTROLOGIE QUANTIQUE

Samedi 6 janvier et 3 février 15h-18h 35€



Un « flash » sur votre personnalité
Chaque « âme » a reçu des potentiels uniques pour vivre sa vie: le thème de naissance en est le reflet. Nous y rencontrons les 12 domaines de notre quotidien (je suis, je possède, j'apprends, j'aime, j'existe, je partage, j'ai des racines...) qui seront expliqués. Ensuite, un flash astrologique personnalisé sera développé pour 6 personnes volontaires (venez avec vos coordonnées de naissance: lieu, heure et date).

Sylvette GONNON. tel: 06 08 93 45 31

Astro-quantique-Fleurs de Bach et Huiles essentielles

L'ART-THERAPIE ET RE-CREATION DE SOI

CONFERENCE Mercredi 10 janvier gratuit 19h00



Rencontre avec Dominique Langlois pour le lancement de ses ateliers de Médiation Artistique et d'Art-Thérapie

« Il arrive des fois que les mots ne suffisent plus pour rentrer en contact avec ses émotions profondes, ses sentiments refoulés. L'art-thérapie propose un autre langage ».

Quel est le principe de l'art-thérapie? Quel est le rôle de l'art-thérapie? A qui s'adresse l'art-thérapie?

La médiation artistique : accompagnement dans la création pour le développement de votre personnalité artistique.

Dominique LANGLOIS. tel: 06 21 41 91 79

Art-Thérapeute et Artiste peintre - Certifiée de l'INECAT Paris

LES POUVOIRS DE NOTRE ENFANT INTERIEUR

ET DE L'INSTANT PRESENT

Jeudi 11 janvier gratuit 9h30-11h30



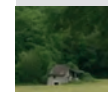
Pour notre bien-être, pourquoi est-il si important de se reconnecter à notre enfant intérieur et de développer la présence à l'instant, de solliciter tous nos sens et moyens d'expression? Une présentation pour découvrir des clés.

Sylvie GOUTTE-NESME tel: 04 74 48 62 23

Art-Thérapeute « les ateliers de l'être »

ATELIER- ECHANGE: « sacrées habitudes »

Vendredi 12 janvier 19h30-21h 15€



Qui n' a pas déjà pris de bonnes résolutions à un moment dans sa vie?

Même à plusieurs reprises peut-être...Souvent, pour la nouvelle année. Je vous propose de regarder ensemble les potentiels obstacles et comment les contourner ensemble pour que cette année 2018 soit une année de succès pour vous.

Katja DRIELING. tel: 06 38 82 67 61

Sophrologue - Reiki - Coaching de vie - Massages-bien-être.

JANVIER

DECOUVERTE DE LA REFLEXOLOGIE PLANTAIRE

Samedi 13 janvier 14h-19h30 soin personnalisé 30mn 20€



Méthode INGHAM
La réflexologie plantaire permet de localiser les tensions corporelles et les dysfonctionnements physiologiques, puis de les apaiser, permettant ainsi de retrouver équilibre et vitalité.

Julie PAGESSE tel: 06 65 21 50 67

Naturopathe-Réflexologue

BIODANZA séance découverte (accessible aux débutants)

Dimanche 14 janvier 15h-17h 5€



La Biodanza propose de renforcer les liens avec la vie. Au sein d'un groupe bienveillant, sécurisant et affectif, elle permet à chacun de renouer avec la joie de vivre, de se sentir pleinement vivant, de développer ses potentiels et de créer des relations harmonieuses.

Sur des mouvements dansés simples et accessibles à tous, accompagnés de musiques choisies pour libérer notre énergie et exprimer nos émotions, la Biodanza nous fait découvrir le plaisir de bouger, de ressentir son corps dans l'instant présent.

Claude-Alain MIQUEL tel: 06 83 86 92 77

Falcitateur didacte de Biodanza (inscription-places limitées)

ATELIER CUISINE:

Lundi 15 & 22 janvier 12h15-13h45

Cycle 2 ateliers 23€/personne/atelier et 38€ si un seul atelier



« Je prends soin de mes intestins : je fabrique mes probiotiques »
Réaliser une recette de pain au levain naturel avec ou sans gluten et une recette de légumes lacto-fermentés, facile à réaliser et très savoureuse.

Edith DUMONT tel: 06 83 43 91 77

Chef bio à domicile « ma cuisine intuitive »

CONFERENCE: LES 9 POINTS MEXICAINS

Jeudi 18 janvier 19h30 entrée libre



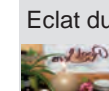
Une technique énergétique de tradition amérindienne. Elle consiste en un toucher statique sur les pieds et les mollets. Elle permet harmonisation, repolarisation et recharge énergétique ainsi qu'un voyage au cœur de SOI. (une après-midi pour une découverte de soin individuelle, est envisageable s'il y a une demande à la suite de cette rencontre).

Anne DELORME tel: 06 50 00 97 89

Réflexologue

ATELIER DE CREATION DE COSMETIQUES NATURELS

Samedi 20 janvier 17h30-19h 38€



Eclat du teint: Fabrication d'une crème visage + une brume visage
Fabriquer ses cosmétiques naturels dans les règles de l'art. Savoir utiliser les huiles essentielles, végétales, les hydrolats, les argiles et autres poudres de plantes. Un cosmétique 100% adapté à sa peau. Plus les astuces d'une professionnelle de l'esthétique.

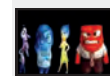
Marianna DUBOIS tel: 06 88 31 06 32

Esthéticienne

FEVRIER

UNE CONFERENCE PARTICIPATIVE

Jeudi 1er février 19h30 participation libre



LES EMOTIONS CHEZ L'ENFANT: COMMENT LES ACCUEILLIR ET LES GERER

Dominique LOMBARD tel: 06 52 86 16 79

Accompagnante en parentalité bienveillante

ATELIER NUTRITION

Samedi 3 février 13h-14h30 12€



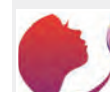
Comment limiter notre consommation de viande? Flexitarien ou végétarien?

Sophia GERMAIN tel: 06 64 95 42 65

Nutritionniste

ATELIER D'ASTROLOGIE QUANTIQUE

Samedi 3 février (voir infos au 6 janvier) 15h-18h 35€



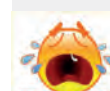
Un flash sur votre personnalité...

Sylvette GONNON. tel: 06 08 93 45 31

Astro-quantique-Fleurs de Bach et Huiles essentielles

BURN IN ET PREVENTION OUT cycle de 3 conférences

Vendredi 9 février 19h30 15€ l'une ou 40€ les 3



Dans une société toujours plus sollicitante, les sources de stress sont nombreuses. Le stress qui est à la base un allié qui nous permet de nous adapter, devient chronique et entraîne une série de déséquilibres au niveau physique, physiologique, émotionnel...

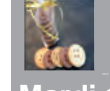
Mieux comprendre les mécanismes en jeu dans les différents états de stress (burn out 1)

Julie PAGESSE tel: 06 65 21 50 67

Naturopathe-Réflexologue

ATELIERS ENFANTS VACANCES

Offrez un moment de créativité manuelle et culinaire à vos enfants! Les créateurs en herbe à partir de 7 ans, seront assistés par Edith et Nienke pour cuisiner et coudre lors d'un même atelier.



40€ l'atelier fournitures et ingrédients compris 30€ pour les 2 dates ou 2 enfants inscrits

Mardi 13 février 15h-17h30

Un ouvrage en tissu à offrir aux amoureux, ou pas...

Une pâte à tartiner maison et des crêpes roulées revisitées