

octobre

Sam 03 / 10 - 10h/12h30

Pourquoi (ne pas) tailler les arbres de votre jardin?
avec Samuel Coutrot
tarif C - gratuit

GRATUIT

Sam 03 / 10 - 14h/16h30

Affûtez vos outils de jardin.
avec Didier Flipo.
tarif B

Mer 07 / 10 - 17h/18h30

Association mets originaux et vins bio/nature.
avec Gabrielle de “Fileauvert”
tarif A

Sam 10 / 10 - 10h/12h30

Cuisiner les plantes sauvages comestibles pour sublimer sa cuisine du quotidien.
avec Marc Leray, cuisinier de L’Auberge des Milans
tarif A

Sam 10 / 10 - 14h30/16h30

Prévention des maux de l'hiver avec les huiles essentielles et des conseils naturopathiques.
+ Réalisation d'un baume respiration.
avec Véronique Arnal - Naturopathe, Thérapeute alimentaire.
tarif A

Mer 14 / 10- 14h/16h

Je sais cuire un œuf... et après ?
avec la cheffe traiteur “Casa Rosa”
tarif A

Sam 17 / 10 - 10h/12h30

Créer un mobile avec les éléments de la nature morte.
avec Happy Creative by Léa
tarif B

Mer 21/ 10 - 14h/16h ENFANT à partir de 6 ans

Du champ à l’assiette, menons l’enquête.
avec BIO 15
tarif C - gratuit

GRATUIT

Sam 24 / 10 - 14h30/16h30

Carnets artisanaux
avec M-L Vermeil, écrivain public.
tarif exceptionnel 30€

Sam 31 / 10 - 10h/12h

“chasser mes démons intérieurs”
Atelier d’écriture méditative guidée - adulte
avec l’écrivaine Raïssa Kouadio
tarif B

novembre

Mer 04 / 11 - 17h30/18h30

Initiation Feldenkrais
avec Babette Loosfelt
tarif C - gratuit

GRATUIT

Sam 07 / 11 - 14h/17h

La médecine chinoise au quotidien, se préparer à l’hiver : l’énergie des reins.
avec Bénédicte Richart - médecine chinoise
tarif B

Sam 14 / 11 - 10h/12h30

Découverte de la cuisine japonaise.
avec Serge Cottin
tarif A

Mer 18 / 11 - 14h/16h30

Créer son animal totem en mosaïque contemporaine.
avec l’artiste Stéphanie Leray-Corbin
tarif A

Sam 21 / 11 - 10h/13h

Soupes complètes d’hiver.
avec Karine de “Mon reflet dans l’assiette”
tarif A

Sam 21 / 11 - 14h30/17h

Atelier d’écriture créative : "Au fil de l'eau".
avec M-L Vermeil, écrivain public. **goûter offert**
tarif A

Mer 25 / 11 - 14h/16h30

Créer ses décorations du sapin de Noël en papier.
avec Happy Creative by Léa
tarif B

Sam 28 / 11 - 9h45/12h45

Cuisine et description des plantes sauvages locales.
avec Laura Bertrand
tarif A

décembre

Mer 02 / 12 - 14h/16h

Se préparer à l'hiver et rester en bonne santé.
avec Lia Lotti, formée aux plantes médicinales
tarif A

Sam 05 / 12 - 14h/16h

Réflexologie : “Sommeil et lâcher-prise”
avec Isabelle Thomas, réflexologue
tarif B

Mer 09 / 12 - 14h/15h30

Atelier découverte pilates et connexion à soi.
avec Laura Bertrand
tarif B

Sam 12/ 12 - 10h/12h30

Légumes partout, malbouffe nulle part :
potage, tarte, cake,
avec Marc Leray cuisinier de L’Auberge des Milans
tarif A

Mer 23/ 12 - 15h/17h

Chocolats (sains et simples!) pour Noël.
avec “Fileauvert”.
tarif A