

CLUB NATURE

pour adultes

Se reconnecter à l'essentiel
pour prendre soin de soi
et du vivant.



DES ATELIERS NATURE POUR S'ÉPANOUIR, APPRENDRE ET PARTAGER



BALADE SOPHRO

Marcher en conscience,
respirer, se reconnecter
à soi, à la nature
et à ses sensations.



CUISINE AU FEU DE BOIS

Cuisiner ensemble des
produits simples et locaux
dans une ambiance
chaleureuse et conviviale.



IMMERSION À TRAVERS LES OISEAUX

Apprendre à observer
et reconnaître les oiseaux,
comprendre leurs modes
de vie et leurs chants.



APPRENTISSAGE À LA PERMACULTURE

Découvrir des principes
simples et concrets pour
cultiver en harmonie avec
le vivant.



YOGA

Se recentrer, assouplir
son corps, apprendre
à respirer et à relâcher
les tensions.



INITIATION À L'ANGLAIS À TRAVERS DES BALADES OU RANDONNÉES

Apprendre l'anglais
autrement, en marchant,
en échangeant et en
découvrant la nature.



À CHAQUE RENCONTRE

Balade, temps d'échange, activités variées
et moments de convivialité pour se ressourcer
et faire le plein d'énergie.



Deux sessions par période scolaire
le dimanche matin

PRENDRE LE TEMPS.
CHANGER DE REGARD.
S'OUVRIRE À D'AUTRES
RÉALITÉS. ♥

TARIF
20€
LA SESSION



INSCRIPTION

DEUX SESSIONS PAR PÉRIODE SCOLAIRE
LE DIMANCHE MATIN

Matériel et ingrédients compris

INFOS & INSCRIPTIONS

✉ Par mail : la-fourmiliere@posteo.de

NATURE. SIMPLICITÉ. PARTAGE. BIEN-ÊTRE.

Revenez à l'essentiel, naturellement. ♥