



le SILLON Bio

AVRIL 2023



LA
MALOCA
lieu d'échange & de découverte

PROGRAMME DES ANIMATIONS, ATELIERS & RENCONTRES

Samedi 1er (10h30 à 12h) :

Conférence - La géobiologie

Cette conférence vous invite à venir découvrir la géobiologie naturelle et la géobiologie artificielle pour en comprendre les grandes lignes.

Avec Christelle LEGROS - Terafe'i :
Conseillère en structuration et
rééquilibrage des espaces de vie et de
travail

12 personnes sur inscription - Gratuit

Mercredi 5 (14h30 à 15h30) :

"Escape-game" pour enfant

Les jeux d'énigmes développent la confiance en soi et favorisent la coopération, dans une ambiance positive et bienveillante.

Thème : les pirates

Pour les enfants de 7 à 10 ans.

Avec MarionB, des ateliers de MarionB

6 personnes maximum sur inscription
8€ par personne.

Samedi 15 (10h30 à 12h00) :

Atelier découverte de l'art-thérapie autour du conte

L'art -thérapie est une pratique s'appuie sur le processus créatif comme source de mieux-être et de transformation personnelle.

Avec Claire Jacquemart, Art-thérapeute
Certifiée RNCP, et conteuse.

6 personnes maximum sur inscription.
Tarif: 5€ par personne

Samedi 15 (14h à 15h30) :

Atelier découverte et pratique du Jeu d'Echecs

Venez vous amuser en vous initiant et en pratiquant le jeu d'échecs (débutant ou non). + Simultané avec un Maître International

Avec Ludovic Lejarre, professeur
d'échecs, entraîneur fédéral
10 personnes maximum.

Gratuit sur inscription



le SILLON Bio

AVRIL 2023



LA
MALOCA
lieu d'échange & de découverte

PROGRAMME DES ANIMATIONS, ATELIERS & RENCONTRES

Samedi 22 (11h à 12h15) :

Atelier DIY cosmétiques naturels

Réalisez un shampoing solide naturel et sain, adapté à votre nature de cheveux (4 recettes disponibles : gras, secs, antipelliculaire, normaux, merci de préciser votre choix lors de l'inscription). Pour cet atelier, il est nécessaire d'amener un moule en silicone, type moule à muffin, à cupcake. Repartez avec votre shampoing solide de 75g et un soin de rinçage à base de vinaigre de cidre.

Avec Anaïs, créatrice d'Ecosmétiques.

Maximum 8 personnes - sur inscription,

17€ / personne

Samedi 22 (14h30 à 16h) :

Atelier découverte de la réflexologie selon l'énergétique chinoise.

Découvrons les gestes de base pour se réveiller, s'éveiller au quotidien à travers diverses techniques de la réflexologie.

Pour apaiser le stress, renforcer le système immunitaire, réguler le système nerveux, ORL, etc.

Avec Florian Martin, réflexologue selon l'énergétique chinoise

10 personnes maximum sur inscription

5€ / personne

Prévoir une tenue souple (sans collant), un coussin et un tapis de sol

Du lundi 24 avril au mercredi 3 mai :

Gratiféria Spécial Vêtements - Fête de la gratuité

« Donnez ce que vous n'utilisez plus et prenez ce qui vous plaît ! » L'industrie textile est l'un des secteurs d'activité les plus polluants. Quelles solutions pour limiter l'impact de cette industrie ?

Limiter ses achats de vêtements neufs, acheter de seconde main, acheter des marques éco-responsables, et participer à la Gratiféria du Sillon Bio !

Venez déposer dans la Maloca les vêtements (saison Printemps-Eté) que vous ne portez plus, et prenez ceux qui vous plaisent !

Une semaine pour s'habiller gratuitement près de chez vous et pour offrir une seconde vie à vos habits.

Vêtements adultes et enfants , propres et en bon état. Les vêtements restants seront donnés à une association d'aide locale.

biocoop

Le Sillon Bio