

ASSOCIATION RE-NAIT-SENS

Planning 2018-2019

ATELIERS et CONFERENCES

Animés par Valérie THYRAULT - Naturopathe

Ateliers Eco'naturel de 10H30 à 12H00

Comme pour un cours de cuisine, vous réaliserez une recette originale de cosmétique ou de produit maison facile à réaliser et efficace !

- 15/12/18** : Je me sens belle avec mon **gloss** ET mon **vernis** 0'naturel !
- 19/01/19** : Mon '**baume du tigre**' maison !, pour un meilleur confort articulaire
- 02/02/19** : C'est du propre ! Ma **lessive** maison ET mon **nettoyant multi-usages**
- 16/03/19** : Baume fouetté **anti-vergetures**
- 29/06/19** : C'est l'été ! Je prépare et je protège ma peau avec **mon huile solaire**

Ateliers Saveurs et Savoirs de 10H30 à 12H00

Partez à la découverte de spécialités et préparations qui nourrissent les sens et la curiosité !

- 22/09/18** : Mon **petit déj' vitalité** et gourmand à **Indice Glycémie bas**
- 01/12/18** : 'mon **Nutella** à moi' !
- 16/02/19** : Addict à mon goûter : '**énergie ball**' et **barre de céréales** 'home made'
- 30/03/19** : Recettes 'santé' à base **d'Aloé Vera** : Yaourt, smoothie...
- 15/06/19** : **Mousse au chocolat** végétal et son **houmous**

Conférences de 10H30 à 12H00

Pour s'informer, approfondir un thème expert en santé naturelle.

- 06/10/18** : Décrocher du **sucre** !
- 13/04/19** : Collégiens, Lycéens, Étudiants : Je reste **zen** et **efficace** pour mes **exams** ou concours
- 18/05/19** : Comment (re)trouver naturellement le **sommeil**

Modalités et inscriptions :

Tél : **06 95 92 27 05**

Email : renaisens.asso@gmail.com

Adhésion obligatoire à l'Association RE-NAIT-SENS
10 €/an (sept à juin)

Tarif ateliers

- **Abonnement annuel 10 ateliers : 225 €/pers.**
au lieu de 250 € soit 1 atelier gratuit !
- **À l'unité : 25 €/pers.**

Tarif conférences

- **À l'unité 10 €/pers.**

A partir de 2 personnes d'une même famille :

- **Abonnement annuel 10 ateliers : 180 €/pers.**
- **Tarif atelier à l'unité : 20€/pers.**
- **tarif conférences à l'unité : 8€ /pers.**

- Pour réserver, veuillez renvoyer votre règlement (chèque ou espèces) et le bulletin d'inscription, au plus tard 7 jours avant le début des ateliers/conférences à l'Association :

RE-NAIT-SENS, 1 Rue des Capucines, 95610 Éragny

- Aucun remboursement ne sera possible 7 jours avant le début des activités.

- Les ateliers et conférences commencent à l'heure, merci d'arrivée 10 mn avant.

Lieu des activités

**Maison des Associations
Salle COCCINELLE
13 allée du Stade
95610 ERAGNY SUR OISE**