biocoop Lamballe

septembre

Vos rendez-vous !

Ces ateliers et animations ont lieu dans nos magasins de LAMBALLE ou Saint-Alban.
Inscription en magasin ou au 02 96 31 11 29
ou communication@lecourtilbio.com

Jeudi 7 à Saint-Alban

ECO-RANDO CITOYENNE

Patrick, membre de VIVARMOR vous emmène avec ses deux ânes Hector et Justin pour une rando citoyenne afin de faire du **nettoyage dans la nature.**
Café et collation offerts au retour à la Biocoop.
De 9h45 à 12h *DÉPART sur le parking du magasin de SAINT-ALBAN*

Jeudi 7 à Lamballe

• Cure détox // Florence

Des conseils pour faire une cure détox et découvrir les plantes pour préparer l'automne !
De 17h à 18h *En magasin - Conseils offerts par Biocoop*

Vendredi 8 à Lamballe

• Réflexologie oculaire // Bertrand

Découvrir une expérience sensorielle mêlée d'eau florale et d'huiles essentielles. Prendre soin de vos yeux en douceur et simplement
De 10h à 18h *(RV individuel) Salle d'animation - Participation libre - Sur inscription*

Vendredi 15 à Lamballe

• Fleurs de Bach // Nadine Laudier, naturopathe

Atelier decouverte des fleurs de bach
Ou comment harmoniser vos émotions grâce aux élixirs floraux !
De 16h30 à 18h30 *En magasin - Atelier offert par Biocoop*

• Les ateliers créatifs // Laure, Marie, Florence et vous !

Un espace d'atelier créatif a lieu une fois par mois ! Libre de vous approprier la salle d'animation pour révéler vos talents et échanger, partager autour d'un café /thé…
Venez avec vos ouvrages, tricot, broderie, peinture, dessin, couture… et prenez le temps de faire…
A partir de 14h *Salle d'animation - Atelier offert par Biocoop*

Samedi 16 à Lamballe

• Sophrologie // Emmanuelle Lerat

Atelier parent - enfant à partir de 9 ans : la respiration
De 10h30 à 12h *Salle d'animation - Tarif 15 € - Sur inscription*

• Massage // Antoine

Venez profiter d'un moment de relaxation coréenne ou d'un massage khmer
A partir de 14h *Salle d'animation - Participation libre - Sur inscription*

Vendredi 22 à Lamballe & samedi 23 à Saint-Alban

• Rencontre // GFA Sol en Bio

Rencontre avec le groupement foncier agricole de Saint-Alban Sol en Bio, engagé dans une démarche solidaire et collective d'acquisition de terres.
De 16h à 19h30 *En magasin - Rencontre*