

Le programme de
Novembre

@desfeuillesetdeshiboux

actualisé

au 28 octobre



Novembre

● 5 novembre – Chant pour tous

Le chant pour tous est une pratique libre, ouverte à tout le monde, chanteur ou non, sans limite d'âge. De 18h30 à 20h30/21h. Tarif : Gratuit, consommation à la pause. Etienne : 07.61.94.89.95

● 6 novembre – Cercle de mamans

Célia vous propose un cercle de paroles à destination des Mamans de Jeunes Enfants (âgés de 1 à 6 ans) pour venir déposer ce que vous avez sur le cœur. Venez partager un moment rien que pour vous, entre femmes, afin de retrouver confiance et sérénité dans la gestion de votre quotidien. De 10h à 12h. Tarif : 25€. Célia : 06.31.25.70.24

● 7 novembre – Atelier Chakras

Anaïs vous accompagne pour que vous appreniez à les ressentir, les dynamiser, à les réveiller et à leur apporter l'énergie dont ils ont besoin pour être au mieux de leur fonctionnement pour votre bien être. De 14h à 18h. Tarif : Prix libre. Anaïs Neveu : 06.08.14.24.86

● 10 novembre – Pancakes Party

Pancakes et pâtes à tartiner aux goûts délicieux : caramel au beurre salé, chocolat, amandes, noix de coco et figues, sirop d'érable... Avec sa boisson chaude. De 15h à 18h30. Prix : 10€/personne. Réservation : 06.06.52.50.77

● 12 novembre – Cercle d'exploration

Agir et vivre en citoyen du monde – Ce sera le thème de ce dernier cercle du cycle Redevenir Citoyen. Un cercle pour explorer, découvrir et créer son rôle de citoyen, dans le monde d'aujourd'hui. Lectures, transmission, échanges et partages. De 18h30 à 21h30. Tarif : 20€

Kristell : 06.06.52.50.77

● 13 novembre – Méditation aux bols tibétains

Maiwenn vous emmène en méditation sonore avec les bols tibétains. Laissez vous porter par le rythme et la puissance des bols pour vous détendre profondément et ralentir le flot des pensées. De 10h à 11h30. Tarif : 24€. Maiwenn : 06.52.85.87.35

● 14 novembre – L'atelier des nombres

Chantal est numérologue, elle vous propose de mieux vous connaître pour mieux passer à l'action, grâce aux nombres. De 10h à 17h. Tarif : non communiqué. Chantal Delorme - 06 86 80 62 51

● 14 novembre – Cercle conté – il était une fois la femme

Kristell vous convie à un cercle conté sur la femme. Un conte sur les femmes vous sera partagé, puis une discussion sera engagée sur nos parcours de femmes. De 10h30 à 12h30. Tarif : 20€. Kristell : 06.06.52.50.77

● 16 novembre – Atelier Arbre de Vie

L'arbre de vie vous permettra de faire des liens, de donner du sens à votre parcours, et de vous relier à vos talents et ressources, à vos besoins, à vos espoirs et vos rêves et aux personnes ressources qui vous entourent.

De 14h à 16h30. Tarif : 20€. Corinne : 07.69.21.44.61

● 18 novembre – Conférence Modes de vie et écologie

Une conférence pour parler de transition écologique, de modes de vie, de gestes écologiques, et de petites idées pour chaque jour protéger notre belle planète. 18h30-20h30 - Gratuit / Forfait Encas et Boissons : 5€
Kristell - 06.06.52.50.77

● 19 novembre – Cercle de mamans

Célia vous propose un cercle de paroles à destination des Mamans de Jeunes Enfants (âgés de 1 à 6 ans) pour venir déposer ce que vous avez sur le cœur. Venez partager un moment rien que pour vous, entre femmes, afin de retrouver confiance et sérénité dans la gestion de votre quotidien. De 9h15 à 11h15. Tarif : 25€. Célia : 06 31 25 70 24

● 19 novembre – Conférence Peut-on entreprendre en restant libres ?

Peut-on créer son propre cadre de travail tant qu'entrepreneur tout en gagnant sa vie ? Avec Mahilde Lerède de l'agence Com' with me. De 18h30 à 20h. Tarif : Gratuit. Collation+boisson à 5€ à réserver auprès de Kristell : 06.06.52.50.77

● 20 novembre – Atelier auto-massage

Apprendre à se masser, et à se détendre et à évacuer le stress grâce au toucher et à la respiration. De 14h30 à 18h - Tarif : 55 euros.
Myriam Michel : 06 26 45 46 94

● 21 novembre – Brunch d'Otus

Brioche, pain, beurre, confiture, crème de noix de cajou, aux fruits frais, energy balls, eau parfumée, scones lardons, oignons, vin blanc, salade de choux rouge, agrumes et grenade, Dahl de lentilles corail. 10h30 ou 12h30. Tarif : 20€/personne. Réservation obligatoire : 06.06.52.50.77

● 21 novembre – Cercle de femmes

Moment de ressourcement, bulle de douceur pour vous reconnecter à vous-mêmes. Relaxation, méditation guidée et temps d'échange autour du thème «Accueil de soi». De 10h à 13h. Tarif : 25€. Awena - Le champ du colibri : 06 76 66 96 08

● 21 novembre – Atelier Chakras

Méditation guidée : les chakras. Anaïs vous accompagne dans leur rencontre. Chaque Chakra correspond à un aspect particulier de l'Être, de son organisme, de sa Vie. De 14h-18h. Anaïs Neveu - 06 08 14 24 86

● 25 novembre – Cercle d'exploration citoyen

Qu'est ce qu'être citoyen aujourd'hui ? Quelles sont les règles de notre cité ? De notre société ? Quelle est notre place dans notre société ? De 18h30 à 21h30 - Tarif : 20 euros
Kristell - 06.06.52.50.77

● 26 novembre – Concert Guitare et Musique du monde

Concert et apéro sans alcool. De 18h à 20h. Tarif : Au chapeau - Consommation sur place.

● 26 novembre – Atelier Remèdes des maux d'hiver

Apprenez à fabriquer vos remèdes naturels pour les troubles hivernaux. Vous repartirez avec les remèdes et des fiches récapitulatives. De 10h à 13h. Tarif : 55€. Chloé : lesateliersdekhloe@gmail.com

● 27 novembre – Capsule créative 

Venez découvrir ou redécouvrir en famille, à deux ou seul, l'univers de la créativité. Vivre, rêver, Créer. Laissez-vous porter par l'inspiration et je vous guiderai vers la réalisation. De 10h à 12h. Tarif : 25€. Gwennoline : 06.61.61.46.17

● 27 novembre – Voyage sonore

Un voyage sonore aux sons des bols et des autres instruments d'Aline. Une pause hors du temps. De 10h30 à 11h30. Tarif ? Aline - 06 64 29 67 63

● 28 novembre – Cercle conté, Il était une fois ma planète

Un moment conté pour rêver un monde meilleur et prendre soin de notre planète. De 10h30 à 12h30. Tarif : 20 euros. Kristell : 06.06.52.50.77

● 29 novembre – Création de cadeaux de Noël aux plantes

Créez vos cadeaux de Noël naturels aux plantes et remplissez votre hotte de présents bienfaiteurs et respectueux de l'environnement. Vous repartirez avec vos créations et des fiches recettes/mode d'emploi. Matériel fourni. De 13h à 16h. Tarif : 65€/pers. Chloé - 06 66 39 29 75