

ATELIERS ET CONFERENCES sur réservation

Retrouvez le programme sur notre site internet biozitive.fr
dans la rubrique actualité

Magasin BIO, produits locaux et VRAC de SAINTE-PAZANNE

02 40 32 56 04 -contact@biozitive.fr



- Jeudi. 2 mars **Prix libre** 17h30/19h **Atelier Méditation**
Posez-vous dans l'énergie du groupe et partagez un moment **de ressourcement**. La méditation peut apaiser des douleurs et donner du sens à nos vies. Il n'y a accomplir, seulement être et ressentir. L'atelier se pratique en position assise sur une chaise.
Par [Mireille Saizeau](#), énergéticienne, magnétiseuse
- Mercredi. 15 mars **gratuit** 18h/19h **Atelier d'échanges entre parents**
Echanges entre parents sur les enfants et ados de tous âges
Animé par [Valérie CAPTANT](#) de [Bien-être et Parentalité](#)
- Vendredi. 17 mars **gratuit** 14h30/16h30 **Atelier fabrication lessive et produits nettoyants**
Fini les produits polluants et les déchets
Repartez avec 3 produits simples (lessive, nettoyant WC et détartrant), ainsi que les recettes
N'oubliez pas d'apporter vos contenants (bouteilles, flacon)
Par [L'association HIRONDELLE](#)
Uniquement 8 places
- Samedi. 25 mars **5 €** 11h/12h **Aborder le printemps en pleine forme**
Echanges et conseils sur les moyens naturels pour :
 - *Renforcer votre système immunitaire pour éviter les allergies saisonnières
 - *Connaitre l'alimentation et les nutriments à privilégier
 - *Prendre soin de votre foie
Animé par la [naturopathe Marjolaine GRANSARD](#)
- S. 1^{er} avril **5 €** 11h/12h **Nos émotions : comprendre leurs messages et mieux les accepter**
Identifier nos émotions, être à l'écoute de notre corps et comprendre leur signification en médecine chinoise .
Repartez avec des techniques simples : points d'acupression, moyens naturels et alimentation.
Par la [naturopathe Marjolaine GRANSARD](#) et [Alexandra Gerard](#), réflexologue plantaire émotionnelle et praticienne shiatsu