



Il s'agit d'être plus à l'écoute de ses signaux internes, ceux qui vous indiquent quand vous avez faim, ce dont vous avez envie : temps d'écoute de son corps, ateliers sensoriels, dégustation d'un produit local.

INTERVENANT

Laurence Berthomé

CONTACT

☎ 06 46 67 34 22

✉ laurenceberthomesau
mur@gmail.com

🌐 www.dieteticienne-saumur...

INFORMATIONS PRATIQUES

Objectif : Goût - Plein conscience

Durée : 1h30

Déplacement en bus : Non

Tarif de l'intervenant : 195 €

Vous aimerez aussi



En avril, des animations familles à la Maison du Parc !

MAISON DU
PARC

SOLS
VIVANTS

ATELIER

Pendant les vacances de printemps, la Maison du Parc vous ouvre ses portes gratuitement. Dès avril, elle vous emmène à la découverte d'un monde...

[Lire la suite +](#)



Balade autour du Clos

RANDONNÉE

GASTRONOMIE ET
TERROIR

Souzay-Champigny

Clos des Cordeliers

Découvrez le quotidien de la vigneronne Marie-Françoise Ratron-Galet, sa philosophie et sa passion du métier durant une balade autour du clos. Baladez...

[Lire la suite +](#)



Atelier Romand'Art

ARTISANAT

Villaines-les-Rochers

[Lire la suite +](#)
