

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...](http://www.dieteticienne-saumur...)

## INFORMATIONS PRATIQUES

**Objectif :** Goût - Plein conscience

**Durée :** 1h30

**Déplacement en bus :** Non

**Tarif de l'intervenant :** 195 €

# Vous aimerez aussi



29 AVR. 2023

## À la découverte des puits

**SORTIE** **ANIMAUX**

**Beaumont-en-Véron**

**Centre permanent d'initiatives pour l'environnement (CPIE) Touraine-Val de Loire**

Au printemps, les puits se réveillent. Notre animateur Clément Coroller vous fait découvrir la faune et la flore particulières de ce site naturel...

[Lire la suite +](#)

---



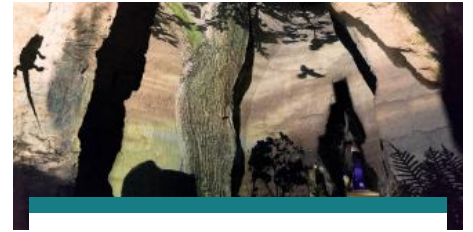
## L'agenda des animations 2023 du Parc vient de paraître !

**SORTIE** **FAUNE** **FLORE**

Envie de partir à la découverte des patrimoines du territoire ? Ça tombe bien, l'agenda des animations du Parc Loire-Anjou-Touraine vient de paraître...

[Lire la suite +](#)

---



## Le Mystère des Faluns

**SITE DE VISITE**

**Doué-la-Fontaine**

[Lire la suite +](#)

---