



Association
"Les Amis de la Ruche"
Animations pour le bien manger
et le Bien-Être

LES MARDIS DE LA SOPHROLOGIE

- Aromathérapie-Sophrologie - Energétique

- Gestion des ruches qui dit oui de Perpignan, Verniolle-Ferrières et La Bastide de Bousignac

- Ateliers et animations autour du bien manger et du bien être

16 grand rue

09500 La Bastide de Bousignac

06 88 08 37 21

<http://www.lesamisdelaruche.fr>

Pour ceux qui le souhaiteront, les mardi, nous ferons une auberge espagnole, histoire de prolonger le moment par un repas.

Chacun amène ce qui lui plait ! et on partage tout.

Les dates des séances sont ci dessous, appelez moi vite pour réserver votre place

Les mardis (tous les 15 jours)

Année 2020 : 14 janvier , 28 janvier , 11 Février , 25 Fevrier , 10 mars, 24 mars, 14 avril, 28 avril, 12 mai, 26 mai , 09 juin, et le 23 juin

Voici les tarifs : 20€ pour une séance, 18 € si inscription à 8 séances minimum
Pensez aussi que la régularité est très importante pour en ressentir le bénéfice sur du long terme, et créer une réaction automatique de votre corps pour gérer toute situation génératrice de stress.

Vivement mardi !
Amicalement

Isabelle Delort/ association les Amis de la Ruche