

Ateliers


Bien-être

Amma-assis

Places limitées **SUR INSCRIPTION**

Le amma-assis est une méthode de détente et de relaxation permettant de soulager par le toucher. Prenez place sur la chaise ergonomique et lâchez prise ! La séance dure 15 min.

 **Lundi 24 octobre**


 De **14h à 17h**

Fabrique ton roll-on

SUR INSCRIPTION

Retrouvez Lily, phyto-aromathologue, avec qui vous apprendrez à réaliser des roll'on d'huiles essentielles que ce soit pour booster votre système immunitaire, pour réduire le stress, l'insomnie ou encore pour lutter contre les brûlures. À chaque besoin, son roll'on !

 **Jeudi 27 octobre**

 De **14h30 à 16h30**

2€

15 places







**CENTRES
D'ANIMATION
DE BORDEAUX**

Bastide Queyries

Cultivons le partage

Centre d'animation Bastide Queyries
agrée centre social par la CAF33
Pôle d'excellence Arts du cirque
13 allée Jean Giono, 33100 Bordeaux

 05 56 32 44 38
 queyries@cabordeaux.fr
 centresanimationbordeaux
 centresanimationbordeaux.fr/queyries/

 **Gironde**
LE DEPARTEMENT

