

ATELIERS

janvier 2026



*Janvier, prendre soin
de soi en toute sécurité*



LUNDI 5 janvier - 16h



Sport adapté avec Nathalie,
Belénos Leulinghem

LUNDI 12 janvier - 17h



Méditation guidée et Reiki avec Élise
Maison des Associations Lumbres



LUNDI 19 janvier - 17h

Atelier Naturopathie avec Chloé
Maison des associations Lumbres



LUNDI 26 janvier - 17h

Sophrologie avec Alix
maison des associations Lumbres

Ateliers anonymes et gratuits - Inscription obligatoire

François Wavrant - 06 60 98 39 77

lesrubansdupaysdelumbres@gmail.com

