



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



## Entre vignes et Veude - Circuit n°51

À  
VÉLO

HORS DES SENTIERS  
BATTUS

Assay

[Lire la suite +](#)

---



## Atelier Créa'Nature

ATELIER

SAVOIR-FAIRE

Saint-Rémy-la-Varenne

Association du prieuré de  
Saint-Rémy-la-Varenne

Bientôt Noël... Venez profiter d'un moment en famille pour créer des boules de Noël avec des courges sèches à décorer, la spécialité du prieuré !

[Lire la suite +](#)

---



## Sols vivants, voyage en terres inconnues

NATURE ET  
PAYSAGE

SOLS  
VIVANTS

Une exposition à la découverte d'un monde mystérieux, infiniment petit, que nous foulons chaque jour : le sol. Percez les secrets de ce microcosme...

[Lire la suite +](#)

---