

# ATELIER 4 saisons

## “L'Été”



- INFORMATIONS ET CONSEILS NATURELS
  - ALIMENTATION DE SAISON
  - DÉGUSTATION D'UN JUS RAFRAICHISSANT
  - MÉDITATION GUIDÉE
- +
- DÉFI 5 JOURS (RECETTES ET PRATIQUES DÉTENTE)

VIVRE L'ÉTÉ SANS SURCHAUFFE  
DES CLEFS SIMPLES POUR  
RESTER SEREIN(E)



LA ISLA BONITA

**ATELIER ORGANISÉ PAR:**

CÉLIA TIETTO - NATUROPATHE SenteZeNature  
et LA ISLA BONITA - Restauratrice

*Célia TIETTO*  
SenteZeNature

**SAMEDI**

**06 | JUIN  
2026**

**9H30 - 12H00**

**OÙ:** SAINT MICHEL EN L'HERM  
4 rue de l'Abbaye.

BOUTIQUE DE LA ISLA BONITA

**PRIX:** 50€

**RENSEIGNEMENTS:**

06.63.91.89.85

**INSCRIPTIONS:**



# ATELIER 4 saisons

## “L'Été”



- INFORMATIONS ET CONSEILS NATURELS
  - ALIMENTATION DE SAISON
  - DÉGUSTATION D'UN JUS RAFRAICHISSANT
  - MÉDITATION GUIDÉE
- +
- DÉFI 5 JOURS (RECETTES ET PRATIQUES DÉTENTE)

VIVRE L'ÉTÉ SANS SURCHAUFFE  
DES CLEFS SIMPLES POUR  
RESTER SEREIN(E)



LA ISLA BONITA

**ATELIER ORGANISÉ PAR:**

CÉLIA TIETTO - NATUROPATHE SenteZeNature  
et LA ISLA BONITA - Restauratrice

*Célia TIETTO*  
SenteZeNature

**SAMEDI**

**13 | JUIN  
2026**

**15H00 - 17H30**

**OÙ:** SAINTE LUCE SUR LOIRE  
76 rue du Moulin des Landes

**PRIX:** 50€

**RENSEIGNEMENTS:**

06.10.67.78.11

**INSCRIPTIONS:**

