

*Une nouvelle journée de bien-être pour la journée de la Femme 2018 ! Cette année, pour nos 5 ans d'existence (et oui...déjà !), nous vous proposons une journée de bien-être et de découverte sur le thème des femmes des tribus de l'origine du monde : Inuits, aborigènes, femmes des îles du pacifique et d'Amazonie seront à l'honneur. Leurs secrets millénaires méritent plus que jamais d'être connus et sont une réelle source d'inspiration dans une époque où le climat, l'alimentation et les soins sont un vrai problème pour la survie de l'Homme... Nous vous proposons de revenir aux fondamentaux du bien-être pour préserver notre santé, alors venez découvrir avec nous les secrets de ces populations et fêter l'anniversaire du CAM 8 MARS !*

---

## PROGRAMME

**Accueil** : 14h

**A partir de 14h30, ateliers tout au long de la journée :**

**Création collective d'une oeuvre** à partir de peintures végétales avec Christine Belleville

**Atelier créatif pour enfants à partir d'éléments naturels** (attrapes-rêves, décoration de tipi...)

**Relaxation sonore chamanique** avec Marie-Laure Varella

**Ateliers alimentation :**

- Réalisation de jus de fruits, de légumes avec Christine Belleville
- Les Idées reçues sur l'alimentation en se basant sur les peuples de l'île d'Hokinawa, les aborigènes d'Australie et le peuple Lapon avec Jean-Marc Lebourg, nutrithérapeute

**Contes** pour les grands...et les petits ! avec Michèle Joubert

**Atelier cuisine** en fin de journée : préparation en commun de l'entrée du repas du soir avec Christine Belleville

**Apéritif "tribal"**

**Repas** tous ensemble pour fêter nos **5** bougies !

---



**SALLE LA RIOULE DE MEYTHET à partir de 14h**  
**Infos et inscriptions 04 50 22 71 23**  **@cam8mars**