

Alimentation biologique et écoproduits

139, chemin bellandes / Les Launes - 83690 SALERNES

Tél. : 04 94 70 68 46

Courriel : periscoop@cobionat.coop

[Si vous n'arrivez pas à lire correctement cette lettre,](#)

[veuillez l'ouvrir dans votre navigateur web >>>](#)

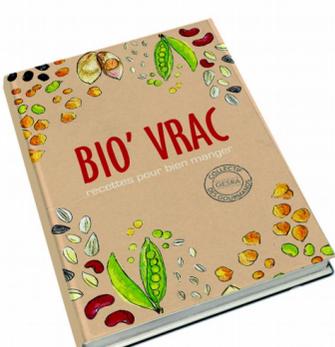
ADOPTER LE REFLEXE VRAC !

Durant tout le mois de février, Nous prolongeons l'opération "Adoptez le réflexe Vrac", Nous vous présentons un panier composé de produits emballés ;

Du 1^{er} février au 28 février

Et si vous deviez acheter ces mêmes produits en vrac, pour combien en auriez-vous ?

jeu gratuit sans obligation d'achat, voir conditions en magasin.



Du 1^{er} février au 28 février

ÉVEILLER BÉBÉ A LA BIO

Venez découvrir ou redécouvrir tous nos produits pour éveiller bébé à la bio ! Fruits & légumes bio, lait et céréales infantiles, produits d'hygiène écologiques... Retrouvez nos fiches recettes pour préparer des petits plats 100% bio faits maison pour débiter sereinement la diversification alimentaire !



Mercredi 14 février
de 10h00 à 12h00
[sur inscriptions]

ATELIER PARENTS « FABRIQUER SON LINIMENT »

Beaucoup de mamans ont choisi de délaissier les lingettes aux composants toxiques et douteux pour laisser place au liniment oléo-calcaire, qui lui est naturel.

Venez fabriquer vous-même votre liniment pour bébé, à partir d'ingrédients biologiques.



Mercredi 21 février
de 10h30 à 11h30
[sur inscriptions]

ATELIER TOUT-PETITS « FABRICATION DE PÂTE À MODELER »

atelier limité à 6 enfants accompagnés de leur parent. venez mélanger quelques ingrédients bio, découvrir des textures et des couleurs naturelles, afin d'obtenir une pâte à modeler douce à manipuler.



Mercredi 3 février 2018
de 15h00 à 18h00
[sur inscriptions]

ATELIER CUISINE : FAITES DES CRÊPES !

pour la Chandeleur faites des crêpes, avec ou sans gluten avec ou sans lactose

élaborez des recettes gourmandes et dégustez-les !



Vendredi 2 & samedi 17 février 2018.
de 10h00 à 12h00,
[sur inscriptions]

ATELIER D'INITIATION AU DESSIN

Lors de cet atelier, vivez une approche particulière de cet enseignement.

en effet pour beaucoup le dessin est un don réservé à une élite douée de facultés spécifiques ou émotionnellement sensible alors que c'est un travail basé sur l'observation qui remonte certainement à un âge préhistorique (d'avant l'écriture) ce travail ouvre des "couloirs" nouveaux dans notre cerveau et sans chercher à créer, on peut avoir un grand plaisir à faire ces découvertes.

la base de cet enseignement est fondée sur les problèmes à reproduire ce que nous voyons en 3D sur une surface en 2D.

Atelier régulier, périodicité : tous les 15 jours par Jean Marc Penalba.



Samedi 24 février
de 14h30 à 17h30
sans inscription.

BONJOUR, COMMENT VOUS SENTEZ VOUS ?

La santé est dans l'assiette ! Et vous veillez à la qualité de votre alimentation. C'est parfait.

Mais de quoi se nourrissent votre mental et votre émotionnel ? Vos pensées et vos ressentis sont constamment en activité et plutôt à votre insu. Ils ont un impact considérable sur votre état d'être, donc votre santé physique et morale.

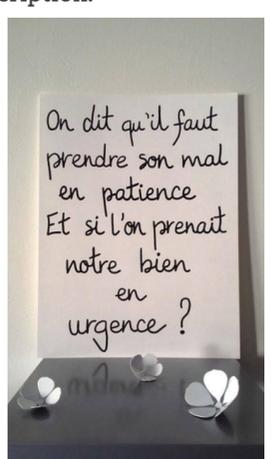
Vous avez envie d'apprécier le véritable bien-être, vous sentir en paix, en harmonie, en forme...

Venez découvrir comment c'est possible. Pourquoi les clés sont déjà en vous. Les solutions attendent juste votre curiosité à savoir enfin vivre autrement.

Je vous invite gracieusement à venir assister à un atelier/causerie sur le thème du bien-être. Le samedi 27 janvier 2017, de 14h30 à 17h30. A Salernes, dans le magasin COBIONAT/BIOOCOP, qui accepte généreusement notre présence pour la circonstance.

Offrez-vous ce cadeau de prendre soin de vous. C'est gratuit et sans aucun engagement.

Par Alain RENOUF (conseil comportemental à la retraite et bénévole).



Samedi 24 février
18h30 et 21h00

CINÉ RENCONTRE À LA TOMETTE

18h30

LES MIGRANTS NE SAVENT PAS NAGER

de Jean Paul Mari et Franck Dhelens

Documentaire, Français, 2016

Une soupe sera servie entre les deux séances



20h30

UNE SAISON EN FRANCE

de Mahamat-Saleh Haroun

Drame, Français, 2018

AGENDA DES AMIS

Retrouvez les programmes en suivant les liens >>>

[Le Petit Grain, Café Associatif à Aups >>>](#)

[La Grenouille Bleue, Association pour Le Conte et la Musique >>>](#)

[L'Usine de La Redonne à Flayosc >>>](#)

[Ecce Terra, Restaurant Eco-Responsable et Culturel au Cannet des Maures >>>](#)

[La Tomette, Cinéma à Salernes >>>](#)