

Programme de la Maison de l'Environnement

Les prochains rendez-vous d'avril 2017

Conférence Santé Bien-être

Jeudi 20 avril 2017

de 19h à 20h30

« La désynchronisation des rythmes biologiques »

Insomnies, troubles du sommeil ? Et si tout notre environnement était à revoir : écrans, repas du soir, boissons, travail nocturne...Comment s'adapter pour retrouver un sommeil de qualité ?

Conseils et astuces de Patricia PAISANT, experte en micro-nutrition, Directrice du Laboratoire LERECA.

Pour tous à partir de 16 ans



Atelier Jardiner en famille

Samedi 22 avril 2017

de 15h30 à 17h30



Venez semer des graines et plantes aromatiques, potagères et mellifères dans notre jardin et décorer des jardinières qui viendront orner notre clôture ! Les enfants repartiront avec une petite plante dans un pot customisé par leurs soins.

Pour tous à partir de 6 ans Adultes bienvenus !

Animations gratuites mais places limitées

Réservation obligatoire au 01 48 79 62 75

mde@aulnay-sous-bois.com



**Maison de l'Environnement
Parc FAURE - 13-15 allée circulaire
www.aulnay-sous-bois.fr**