



La Cabane à Soi

prendre soin de soi, de l'autre, de l'environnement



ACTIVITES, ATELIERS & FORMATIONS

Saison 2022-2023



La Cabane à
Soi

Expérimenter des solutions pour prendre soin de soi, des autres, de l'environnement

Rencontres
partages
et
synergies



www.lacabaneasoif.fr
contact@lacabaneasoif.fr



Les activités

LES MARCHES

MARCHE DYNAMIQUE Anne : 06.67.91.81.22

Mercr. 9h-10h30 – bimensuel – Pierres dorées

15€/ séance – 130€/ 10 séances

MARCHE BIEN-ÊTRE Anne: 06.67.91.81.22

Jeudi 9h-10h30 – bimensuel – Pierres dorées

15€/ séance – 130€/ 10 séances

DANSES

DANSES COLLECTIVES : Madison, Kuduro, Sirtaki,

Bachata, Folk, ... (dès 12 ans) Nathalie : 06.85.95.94.54

Vendredi 10h45-12h / Mercredi 10h30-11h45 – Hebdo -

Ancienne église Le Bois d'Oingt

15€/ séance - 130€/ 10 séances - 250€/ année ou 230€ pour couples, étudiants, chômeurs, retraités

YOGAS

YOGA VINIYOGA Françoise : 06.07.55.55.01

Jeudi 9h-10h15 / 10h30-11h45 – Hebdo - St Laurent d'Oingt

et Jeudi 19h30-20h45 – Hebdo - en Visio

15€/ séance - 130€/ 10 séances - 285€/ année ou 230€ pour couples, étudiants, chômeurs

HATHA YOGA Julia : 06.52.57.62.31

Lundi 10h-11h15 / Mardi 11h15-12h30 / Vendredi 14h-15h15 /

15h-16h15 – Hebdo - Ancienne église Le Bois d'Oingt

15€ / séance - 130€/ 10 séances - 285€/ année ou 230€ pour couples, étudiants, chômeurs

COUTURE

COUTURE CREA' & RECUP Anne-Laure 06.48.63.49.82

Lundi 14h-16h / Jeudi 18h-20h – Hebdo - Bagnols

25€ / séance - 200€ / 10 séances – 500€/ année

Cours enfants (1 fois/mois le Merc.), Horaires et tarif à confirmer

THEATRE D'IMPROVISATION

Ancienne église Le Bois d'Oingt Sébastien : 06.08.07.19.96

ENFANTS (6-12ans)

Lundi 17h-18h30 - Hebdo – 200€/ an

ADOS

Lundi 18h30-20h - Hebdo – 200€/ an

ADULTES

Lundi 20h-22h / Mercredi 20h-22h - Hebdo – 250€/ an

SOPHROLOGIE

GROUPE ADULTES

Virginie : 06.74.04.18.39

Mardi 19h-20h - Hebdo - Salle évolution Oingt

Jeudi 12h30-13h30 - Ancienne église Bois d'Oingt

290€/ année (hors vacances scolaires)

HUILES ESSENTIELLES

HUILES ESSENTIELLES

Maud: 06.81.44.63.88

Mercredi 18h-20h – bimensuel semaines impaires – Bagnols

15€/ séance (+5€ Roll On et DIY)

Les ateliers mensuels



ATELIERS FABRICATIONS BOIS

COMPOSTEURS ET HOTELS A INSECTES

Samedi ou Dimanche et vacances scolaires Ateliers de 2h ou 3h

Dates, lieu et tarifs à confirmer 22/09/22 – 11/12/22 – 14/01/23 –

25/03/23 – 17/06/23

Sébastien: 06.58.95.33.07

JARDIN & BOTANIQUE

SORTIES BOTANIQUES THEMATIQUES

Mercredi 14h-16h + encas et partages. 05/10, 19/10, 02/11,

16/11, 30/11. Dates 2023 en cours. 20€/ sortie

Pierre-Jean : 06.50.86.05.15 et Céline : 06.67.76.08.29

CUISINE

CUISINE NATUROPATHIE Anne-Sophie : 06.66.50.76.86

Samedi ou Dimanche - Bagnols

36€/ séance (ingrédients compris)

PATISSERIE

Nathalie : 06.84.36.65.09

Samedi 14h-17h – 5 à 6 cours dans la saison – Bagnols

Atelier gratuit, participation aux ingrédients

CERCLES

CERCLE DE FEMMES

Maud : 06.81.44.63.88

Samedi ou Dimanche – 14h-18h - Ancienne église Le Bois

d'Oingt. 22/09, 11/12, 14/01, 25/03, 17/06. 35€/ séance

ECRITURE

ATELIER D'ECRITURE

Catherine : 06.00.00.00.00

Samedi 14h-18h (1 atelier / mois) – St Laurent d'Oingt

Dates à confirmer. 20€/ séance

CREATIVITE

LA RUCHE D'ART – Créativité & Récup'

Anne-Laure, Oumnia, Elodie : 06.23.38.24.07.

Dates, horaires et tarif à confirmer– St Laurent d'Oingt

DES GRAINES ET DES BULLES – Créativité arts

Samedi 10h-12h – St Laurent d'Oingt - Elodie : 06.23.38.24.07.

21€/ séance (15€ si 10 personnes et plus)

Les formations



JARDIN & BOTANIQUE

JARDINIERS DU VIVANT

Groupe de 8 personnes. Jours et horaires à définir avec les
groupe. Cycle de 8 séances + fête des récoltes. 175€ le cycle.

Céline: 06.67.76.08.29 et Pierre-Jean: 06.50.86.05.15