

Programme

« Mère Nature », renferme en son sein de nombreux secrets, pouvant nous apporter énormément de bienfaits !



Table thématique

Bien-être au naturel !



Atelier

(A partir de 8 ans - inscription obligatoire)

Mercredi 27 septembre 2017
de 14 h à 16 h



Viens confectionner ton attrape-rêves...

Dans la culture amérindienne, le capteur de rêve est accroché du côté où le soleil se lève, il empêche les mauvais rêves d'envahir le sommeil de son détenteur. Agissant comme un filtre, il capte les songes envoyés par les esprits, conserve les belles images de la nuit et brûle les mauvaises visions qui se sont installées dans les perles et les fils de la toile, aux premières lueurs du jour.

Les beaux rêves passeront à travers le trou du centre pour être conservés dans les plumes installées autour du cerceau.



A vous de Dire...

La septième fonction du langage / Laurent Binet

Livre plein de philosophie et de notions littéraires, complexe à lire, avoir un dictionnaire à proximité !

Bientôt

Octobre 2017

Les trésors de l'automne
Citrouilles et champignons...



Passage du musibus : jeudi 14 septembre
Fermeture exceptionnelle de la médiathèque

Horaires d'ouverture au public

Du mardi au vendredi

10h-18h

Samedi

10h-13h

Médiathèque Saint-Jean

888 Avenue de la République

06550 La Roquette sur Siagne

04 92 19 10 60

mediatheque@laroquettesursiagne.com



La Roquette sur Siagne

HiSToIre de Dire...

un peu,
beaucoup ...



SEPTEMBRE 2017

Nos suggestions



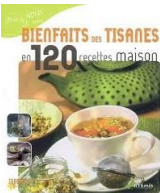
Ma bible de la santé nature / A.Dufour

Le guide des aliments bien-être / I.Boffelli et I.Bruno



Les remèdes naturels pour les nuls / A.Moro Buronzo

Maraboutchef, recettes bien-être



Bienfaits des tisanes / M.Pierre

Recettes détox / Ellen Frémont



Le guide des fleurs de Bach / Stephan Ball

Bien-être au naturel



La nature est d'une incroyable richesse ! Découvrez les innombrables bienfaits santé des fruits, des légumes, des herbes aromatiques, des épices, du miel, des tisanes ... Tous contribuent à enrichir notre alimentation en vitamines, en sels minéraux, en protéines végétales et autres nutriments nécessaires à notre corps jour après jour.

Vous retrouverez aussi, le mode d'emploi des principaux remèdes et solutions naturels aux maux quotidiens de toute la famille, les secrets d'une bonne hygiène de vie... Sans oublier les dix remèdes à toujours avoir chez soi et les dix attitudes à adopter pour prévenir plutôt que guérir !

Du bon sens et de la sagesse au service de votre santé.



Venez nous retrouver et piocher dans nos nouveautés...

