



ASSOCIATION BWA LANSAN

COLONIES APPRENANTES 2022 - SESSION 3

DU LUNDI 8 AU VENDREDI 12 AOÛT 2022

S3

BEAUTÉ AU NATUREL / 14 - 16 ANS

DÉVELOPPER SA CONFIANCE EN SOI FAVORISER LE BIEN ÊTRE PAR LE BIAIS DE MÉTHODES NAURELLES

DATES		DESCRIPTIF ET HORAIRE								
		7H00 - 8H30	MATINEE : 8H30- 12H30		12H30 - 14H00	APRES-MIDI : 14H00 - 17H00		17H00 - 20H00	20H00 - 21H30	22H00
1	L 08/08/2022	RÉVEIL / DOUCHE / PETIT-DÉJEUNER	Accueil et présentation de l'équipe et du programme/ Installation du campement	Jeux de connaissance et de cohésion BIK A PAWOL : Bien dans son corps bien dans sa tête	DÉJEUNER ET TEMPS CALME	ATELIER RELAXATION La sophrologie, la méditation, le yoga, c'est quoi ?		DOUCHE / DEBRIEFING / DINER	V E I L L E	C O U C H E R
2	M 09/08/2022		ATELIER MANUEL Confection de Produits Naturels (Shampooing et savon)			ATELIER MANUEL Confection de Produits Naturels (soin du corps et de la peau) + Fitness / Gwoka				
3	M 10/08/2022		RANDONNEE PÉDESTRE Evasion nature "A la découverte de soi"			ATELIER MANUEL Bijoux en graines et atelier tressage à partir de végétal				
4	J 11/08/2022		ÉQUITATION Ddépassement de soi et Communication équine			ATELIER CULINAIRE Valorisation des fruits, légumes et des plantes médicinales				
5	V 12/08/2022		DEMONTAGE DU CAMP + BIK A PAWOL : L'égalité Filles Garçons			RESTITUTION				

