



**Programme PORTES OUVERTES MAISONDOR dimanche 18 octobre 2020**  
**Au CINE le Moulin,**  
**ZAC de la savonnerie, 7 rue de la savonnerie à Lutterbach**

**Inscriptions sur place**

**Vente de produits MAISONDOR dans la stube tout le journée**

|                        | <b>STUBE cuisine RDC</b>   | <b>STUBE fond RDC</b>                            | <b>STUBE milieu RDC</b>  | <b>Salle LORiot au fond à gauche 1° ETAGE</b>                                   | <b>Salle SOURCE 2° à droite 1° ETAGE</b>       | <b>Salle CORNOUILLER au fond 1° ETAGE</b>                                | <b>Salle CASTOR 1° à gauche 1° ETAGE</b>                     |
|------------------------|--|--|--|---|--|--|--|
| <b>10H30<br/>11H30</b> | <b>Petit-déjeuner stop sucre</b><br>(Valentine Schopperlé)                 | <b>expo aquarelles botaniques</b><br>(MP Bilger) | <b>bar à hydrolat libre service + troc de graines</b><br>(Seb du Bollwerk) | <b>Immunité et auto-massage en réflexologie plantaire</b><br>(Anne sophie Ravn) | <b>Pilates</b><br>(Solange Dijoux)             | <b>Soin visage extra pur TRIO SOUVERAIN</b><br>(Valérie Ginder)          | <b>Jeune et immunité</b><br>(Fanfan Herzog)                  |
| <b>12H00<br/>13H00</b> | <b>PAUSE DEJEUNER *</b>  | <b>PAUSE DEJEUNER *</b>                          |  | <b>PAUSE DEJEUNER *</b>   | <b>PAUSE DEJEUNER *</b>                        | <b>PAUSE DEJEUNER *</b>  | <b>PAUSE DEJEUNER *</b>                                      |
| <b>13H00<br/>14H00</b> | <b>Basifier son organisme pour booster son immunité</b><br>(Fanfan Herzog) | <b>expo aquarelles botaniques</b><br>(MP Bilger) | <b>bar à hydrolat libre service + troc de graines</b><br>(Seb du Bollwerk) | <b>Anti-gym</b><br>(Anne Saletes)   | <b>Yoga et immunité</b><br>(Estelle Schoepfer) | <b>La peau se nourrit aussi de l'intérieur</b><br>(Valentine Schopferlé) | <b>Comprendre la peur et s'en libérer</b><br>(Anna Bruchlen) |

|                              |  |  |  |   |   |  |  |
|------------------------------|--|--|--|---|---|--|--|
| <b>14H00</b><br><b>15H00</b> | <b>Lacto fermentation</b><br>facile chez soi                 | <b>expo aquarelles botaniques</b><br>(MP Bilger) | <b>bar à hydrolat libre service + troc de graines</b><br>(Seb du Bollwerk) | <b>Anti-gym</b><br>(Anne Saletes)   | <b>Yoga et immunité</b><br>(Estelle Schoepfer)                  | <b>Soin visage extra pur TRIO SOUVERAIN</b><br>(Valérie Ginder)          | <b>La ménopause en rigolant</b><br>(Marie-Josée Deck)  |
| <b>15H00</b><br><b>16H00</b> | <b>Bon sommeil / résistance au stress</b><br>(Anna Bruchlen) | <b>expo aquarelles botaniques</b><br>(MP Bilger) | <b>bar à hydrolat libre service + troc de graines</b><br>(Seb du Bollwerk) |   | <b>Respirer pour renforcer son immunité</b><br>(Sorina Nidelcu) | <b>La peau se nourrit aussi de l'intérieur</b><br>(Valentine Schopferlé) | <b>Immunité et flore intestinale: nouveau produit SUPERBOOST</b><br>(Jérémy Kubler et MJ Deck)                           |
| <b>16H00</b><br><b>17H00</b> | <b>Causerie Jardin participatif</b><br>(Seb du Bollwerk)     | <b>expo aquarelles botaniques</b><br>(MP Bilger) | <b>bar à hydrolat libre service</b>  | <b>La fabuleuse histoire de l'alimentation moderne</b><br>(Céline Portal) | <b>Respirer pour renforcer son immunité</b><br>(Sorina Nidelcu) | <b>Soin visage extra pur TRIO SOUVERAIN</b><br>(Valérie Ginder)          | <b>Atelier découverte: mécanismes et attitudes lorsque je me sens inclus/e ou exclu/e dans la vie.</b><br>(Sylvie Braun) |