

Informations pratiques et conditions générales

Païement :

- Sur facture envoyée par e-mail les jours suivant l'inscription
- Le paiement doit avoir été effectué avant l'atelier
- Un arrangement peut être trouvé en cas d'inscription de dernière minute.

Annulation :

- Si l'annulation est du fait de l'organisateur, l'intégralité des frais d'inscription sera remboursé au participant. Sauf cas exceptionnel, les participants sont avertis au plus tard une semaine avant l'atelier.
- Si l'annulation est du fait du participant, le remboursement se fait comme suit
 - ° Jusqu'à 30 jours avant l'atelier : 100%
 - ° Jusqu'à 7 jours avant l'atelier : 50%
- En cas de non présentation du participant le jour de l'atelier, aucun remboursement ne sera possible, sauf sur présentation d'une pièce justificative.

Inscriptions au plus tard 10 jours avant l'activité :

- Par mail à communication@domaine-ndr.ch
- Réponse uniquement du lundi au vendredi



Scannez le QR code pour connaître les détails de la programmation

Géré par



Centre d'Intégration
Socio-professionnelle
Fribourgeoise

Programme 2024

le domaine notre-dame de la route

Nature
Alimentation
Bien-être

domaine-ndr.ch

Ch. Eaux-Vives 17, 1752 Villars-sur-Glâne

Atelier soigneurs

2 dates au choix :

Samedi 25 mai 2024 de 9h à 12h

Samedi 20 juillet 2024 de 13h à 16h

Animation : Marine Descoux

Tarif : 30.-/enfant (de 9 à 13 ans)

Tenue adaptée au travail à l'extérieure

Prenez soin des animaux du Domaine, en compagnie de Marine, chargée de l'Atelier Animalier du CIS et équit'hérapeute.

Initiation à la lactofermentation

2 dates au choix : Samedi 8 juin ou Samedi 7 septembre 2024

Horaire : 9h30 - 11h30

Animation : Aline Cavuscens

Tarifs : 65.-/personne / **AI-AVS-Etudiant** 57.-/personne

Merci de prendre vos bocaux en verre

Venez découvrir les bases des produits fermentés avec Aline, passionnée par la cuisine saine et autodidacte. Les légumes de qualité bio vous seront fournis par l'Atelier Vert du CIS.

Les plantes qui se mangent et qui guérissent

Date : Jeudi 13 juin 2024

Horaire : 9h - 15h

Animation : Cathy et/ou Emanuel Roggen (grandangle.ch)

Tarifs : 90.-/personne / **AI-AVS-Etudiant** 85.-/personne

Inclus : Repas (hors boisson)

On peut les manger et elles nous soignent. Lors de cette randonnée dans les alentours de Villars-sur-Glâne, nous partirons à la rencontre de plantes qui nourrissent et qui sont bienfaisantes pour notre santé.

Fabrique ton tofu maison

2 dates au choix :

Samedi 22 juin 2024 de 14h30 à 17h30

Samedi 5 octobre 2024 de 14h30 à 17h30

Animation : Jacky Vuagniaux

Tarifs : 55.-/personne / **AI-AVS-Etudiant** 50.-/personne

Merci de prendre un plat avec couvercle pour le transport

Et si vous fabriquiez vous-même votre propre tofu ? Ce fromage de soja est une source importante de protéines végétales. Découvrez les secrets de sa fabrication et cuisinez un succulent Mapo Tofu.

Yoga en plein air «Yoga au quotidien»

Dates et horaire : Samedis 1, 8, 15, 22, 29 juin 2024 de 9h30 à 10h45

Animation : Laurence Curty (alto-espace-sante.ch)

Tarifs : 120.-/personne / **AI-AVS-Etudiant** 114.-/personne

30.-/séance / **AI-AVS-Etudiant** 25.-/séance

Nous apprendrons à utiliser des éléments favorisant un mode de vie sain, constructif et positif, tout en pratiquant en plein air des postures de yoga accessibles à tous et toutes.

La pharmacie de la forêt

Date : Vendredi 13 septembre 2024

Horaire : 9h - 15h30

Animation : Cathy et/ou Emanuel Roggen (grandangle.ch)

Tarifs : 75.-/personne / **AI-AVS-Etudiant** 71.-/personne

Inclus : Repas (hors boisson)

A tous les maux, la nature offre un remède. Lors de cette randonnée botanique, vous apprendrez à reconnaître quelques «bonnes herbes» et serez initiés à leur usage médicinal.