



Quelle: www.brigitte.de

08.03.2025 VON 10 – 12 UHR

FIT IN DEN FRÜHLING

MIT SYLVIE CÔTÉ / NATURPÄDAGOGIN

EIN WORKSHOP FÜR ERWACHSENE

Nach einem Winter voller Erkältungen und unerwünschten Kilos, die sich nach Weihnachten und Karneval so angesammelt haben, brauchen unser Körper und unser Geist eine kleine Reinigung. Das nennt man eine Detox-Kur oder auch Entgiftung! Hier können Pflanzen eine große Hilfe sein. In diesem Workshop werden wir Naturprodukte herstellen, die uns helfen, unseren Körper zu entgiften und fit für den Frühling zu machen.

Die Bücherei unterstützt uns mit unterschiedlichem Lesematerial.

ANMELDUNG BIS ZUM 04.03.2025
mail-famz-mariengarten@katholische-
kirche-pulheim.de



 **Öffentliche Bücherei**
St. Martinus Stommeln

**Fit in den
Frühling!**

Mit

Sylvie Côté

Naturpädagogin

08.03.2025

10 – 12 Uhr

**Im Familienzentrum
Mariengarten**

Kosten: 5 Euro

Englisch



Familienzentrum Mariengarten
Christian-Klausmann-Str.12
50259 Pulheim Stommeln

Mail-famz-
mariengarten@katholische-
kirche.de

Anmeldung bis zum

04.03.2025