



ATELIERS
PLANTES SAUVAGES
ET FLEURS DE BACH
Animations FEVRIER MARS AVRIL

Découverte des plantes sauvages locales...

avec Alexandra Tessier, formatrice « plantes sauvages locales » et Marylène Tardivel, diététicienne

De la reconnaissance, des cueillettes, de la cuisine, des transformations... Tout un programme !

Quelles sont les fleurs comestibles et médicinales de nos campagnes ? Comment les reconnaître ? Les cuisiner ?

A la rencontre des Fleurs de Bach.. avec Gaëlle Roulet, conseillère agréée Fleurs de Bach

Que sont les Fleurs de Bach, qui était le Dr Bach? A qui s'adressent-elles? Comment les choisir, les prendre?

SAMEDI 18 FEVRIER : FABRICATION DU BAUME DE CONSOUDE

**SAMEDI 4 MARS : LE PRINTEMPS EST LÀ... RÉCOLTE DE SÈVE DE BOULEAU ET JEUNES
POUSSES**

9h30 à 13h30 la Chapelle sur Erdre – Animation Alexandra et Marylène (ateliers Plantes sauvages)

JEUDI 9 FEVRIER

RICHESSSE DES RACINES ET FABRICATION DU BAUME DE CONSOUDE

LÂCHER-PRISE ET VIVRE PLEINEMENT LE MOMENT PRÉSENT AVEC LES FLEURS DE BACH

JEUDI 2 MARS

**PRÉPAREZ L'ARRIVÉE DU PRINTEMPS : SÈVE DE BOULEAU, GEMMOTHÉRAPIE, ET JEUNES
POUSSES**

SOULAGER LES PEURS, LES INQUIÉTUDES ET LES SOUCIS DU QUOTIDIEN

10h00 18h00 Nantes ou la Chapelle sur Erdre - Animation Alexandra et Gaëlle

SAMEDI 25 MARS

LES FLEURS DE BACH POUR BIEN VIVRE LES RELATIONS ET MIEUX COMMUNIQUER

SAMEDI 1er AVRIL

ÉPANOUISSEMENT DE LA FEMME TOUT AU LONG DES CYCLES DE SA VIE

9H30 à 13h00 Nantes - Animation Gaëlle (ateliers Fleurs de Bach)

Tarifs : 35 € la matinée / 65 € la journée et 5 € d'adhésion à l'association

Préparation plantes sauvages / flacon personnalisé Fleurs de Bach inclus suivant les ateliers

Renseignements et inscriptions : L'éco-lien « des savoirs en environnement et bien être »

Alexandra 06.61.88.66.58 – Gaëlle 06.79.19.22.91 ou par mail : lecolien@yahoo.fr