



PLAISIR...



DECOUVERTE...



INFORMATION...



EXPERIMENTATION...



capucineetmarjol.canalblog.com

Prendre le temps de :

- **Découvrir la nature,**
comment la respecter ...
- **Apprendre à identifier**
les plantes...
- ...leurs incroyables
vertus et utilisations.
- **Comprendre les cycles de**
la nature.
- **Porter un autre regard...**
- **Agir pour Notre Santé**



... avec Valentine Guézille
Animatrice
06 74 31 34 91
valentine-guezille@orange.fr

« CAPUCINE
et
MARJOLAIN »

**Découverte
du monde végétal**

**Education à la santé
et à l'environnement**



Animations adultes
et enfants

capucineetmarjol.canalblog.com

Balades botaniques :

 En ville et à la campagne.
Les plantes sauvages et
leurs usages.
Apprendre à les reconnaître.

Ateliers éco-citoyens :

► Apprendre
à faire soi-même :
sa lessive, ses cosmétiques,
son dentifrice,
ses produits ménagers.

► Réduction des déchets :

Comment donner
une seconde vie
à nos déchets .

Alimentation :

► Reconnaître et
cuisiner les plantes
sauvages comestibles.



► L'alimentation et la Santé
(kéfir, graines germées,
comment bien se nourrir avec un
petit budget ...).

► Conférences
causeries sur diverses
thématisques concernant
les plantes et la santé.

Ecoute en direct de la Musique des Plantes

Transformation de plantes :

► Faire soi-même
ses vinaigres aromatisés
et ses huiles de soin.

► Faire soi-même
ses huiles de massage
et ses cosmétiques.

Ateliers créatifs :

► Fabrication de fusain
(pour dessiner).
► Découverte des couleurs et
encre végétales.

► Land'Art

Créations éphémères

 à partir de
matériaux puisés dans la
nature.

Animations Petit Jardin Des écoliers.

Semis, bouturage, stratification.

RECONNAITRE ET UTILISER
LES PLANTES
DE VOTRE JARDIN OU DE
VOTRE ENVIRONNEMENT
PROCHE

Vous êtes entourés de plantes
spontanées
et « mauvaises herbes »
dont vous ne savez que faire ?



Je vous invite à :
► porter un **autre regard** sur
cet environnement

► **transformer** ce potentiel en
une délicieuse **salade sauvage**

► ou concocter
une **potion salvatrice** pour la
trousse familiale.

Tarif : nous consulter.