



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
thématiques 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**
encres 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.