Association Les Grands Jardins du Theil

Atelier :

Mieux respirer et contrecarrer les maux de l'hiver avec les plantes

Samedi 23 novembre 2024
de 14H30 à 18H00

Verbascum thapsiforme, bouillon blanc, molène

Epicéa, *Picea abies*

Au milieu de l'automne, c'est le moment de protéger, fortifier nos poumons avec les plantes et de barrer la route aux microbes.
Dans cet atelier nous voyons les plantes qui contrecarrent les refroidissements, qui soignent les infections des poumons et les infections respiratoires.
Ainsi que les plantes qui nourrissent les poumons affaiblis et soulagent les poumons irrités : guimauve, de la molène, du plantain, du lierre terrestre, du sureau mais aussi des sapins/ pins…
Vous apprenez ou revoyez les catégories de plantes pour mieux les utiliser à bon escient et simplifier les décisions.
Vous savez ainsi très vite quelle plante vous convient et vous n'hésitez plus à l'utiliser.

Lors de cet atelier de 3H30 : propriétés des plantes, démonstrations, dégustations, 2 recettes faites ensemble à emporter, un livret récapitulatif avec une grille de repérage des plantes et leurs indications

Lieu : Les Grands Jardins du Theil, 28 rue de l'église 50 330 Gonneville Le Theil- près de Valognes
Horaires : 14H30 - 18H00
Tarif : 45 € Places limitées à 10 personnes (+ adhésion 2024)
En savoir plus : Blog LA TISANE LUMINEUSE - Béatrice Mera Tél : 06 07 69 75 58

Renseignements - Inscriptions

Les Grands Jardins du Theil – 06 63 01 24 80
lesgrandsjardinsdutheil@gmail.com - site : http://lesgrandsjardinsdutheil.fr