



LES BALADES & ATELIERS EN NATURE - SAISON 2024-25

A LA RENCONTRE DES PLANTES SAUVAGES COMESTIBLES ET MEDICINALES TRADITIONNELLES DU BOIS DE GELOS

DES BALADES ET ATELIERS EN NATURE POUR NOURRIR NOTRE CONSCIENCE ET ECHANGER SUR LES VERTUS MEDICINALES TRADITIONNELLES DES PLANTES ET ARBRES QUI NOUS ENTOURENT



- **28 sept - 9h30-12h : Balade à la rencontre des plantes, graines et fruits de fin d'été - se ressourcer au contact de la nature - Evènement conjoint avec Place des femmes (20 euros/pers)**
- **12 oct - 9h30 -11h30 : Balade à la rencontre des plantes, graines et fruits d'automne (15 euros/pers -enfants gratuits)**
- **9 nov - 10h -17h : Stage "Apprenti herbaliste":** introduction à la réalisation de remèdes, notions de phytothérapie, balade à la rencontre des plantes, graines et fruits d'automne - zoom sur les tisanes à usage thérapeutique (50 euros la journée -Auberge espagnole pour le repas du midi)
- **11 janv - 9h30-11h30 : Balade à la rencontre des racines, arbres et plantes sauvages de l'hiver, la nature en sommeil (15 euros/pers - enfants gratuits)**
- **15 fév - 9h30-11h30 : Balade "Le réveil de la nature" (15 euros/pers - enfants gratuits)**
- **22 mars - 9h - 12h : Atelier Gemmothérapie de terrain -** réalisation de son macérat glycéринé à partir de bourgeons sauvages (30 euros)
- **12 avril - 9h-12h30: Atelier Yoga et Nature - Evènement conjoint avec Alejandra Giedelmann, coach énnéagramme et professeure de Yoga (35 euros/pers)**
- **18 mai - 9h30-11h30 : Balade à la rencontre des jeunes pousses et fleurs de printemps, leurs usages culinaires et médicinaux traditionnels**
- **7 juin - 9h - 12h : Balade/ atelier réalisation de son remède sous forme d' alcoolature (30 euros)**

**BALADES ET ATELIERS AU DÉPART DE L'ÉCOLE DU HAMEAU DE GELOS (CHEMIN CHATIEU)
LE STAGE "APPRENTI HERBALISTE" SE DÉROULE À CAPDEBOSCQ SUR LES COTEAUX DE
GUINDALOS À GELOS**

Ces ateliers et balades ont été conçus pour nourrir notre lien avec le vivant, développer et honorer notre sensibilité, soutenir notre immunité et notre santé globale. Naturopathe et professeure de Yoga, je vous accompagne avec bienveillance sur ce chemin.

INFOS ET RÉSERVATION: CHARLOTTE AU 06 65 19 75 34

