

ATELIERS

HERBORISTERIE FAMILIALE



Vous souhaitez apprendre à utiliser des plantes pour vous et vos proches ? Vous désirez connaître des recettes adaptées aux bobos du quotidien et savoir fabriquer simplement vos produits de soin ? Les ateliers d'herboristerie familiale sont faits pour vous.

Chaque atelier nous aborderons un sujet différent en lien avec la saison et nous réaliserons une préparation à base de plantes que vous ramèneriez chez vous et pourriez refaire par vous-mêmes par la suite. Aucune connaissance préalable n'est nécessaire, nous verrons comment concevoir des produits facilement en toute sécurité pour toute la famille.

*Rendez-vous un jeudi par mois de
18h00 à 20h00*

5 Octobre : L'automne, saison des racines – Confection d'un baume à la consoude

9 Novembre : Les plantes de la détente et du sommeil – Préparation d'une alcoolature de mélisse

7 Décembre : Les huiles essentielles pour gérer notre stress – Confection d'une synergie personnalisée

11 Janvier : Plantes de la sphère respiratoire – Conception d'un sirop pectoral

1er Février : Les vertus des produits de la ruche – Utilisation pour un produit au choix

7 Mars : Drainage de printemps – Création d'une tisane

4 Avril : Les plantes des articulations – Composition d'une huile antalgique

16 Mai : Nourrir sa peau – Conception d'une lotion corporelle

6 Juin : Créations culinaires à base de plantes : théorie, dégustation et pratique !



Contact : mpt.st-ismier@hotmail.fr

