

Les plantes en soutien au changement de saison

Samedi 8 octobre 2016
de 14h à 17h

L'arrivée de l'automne s'accompagne d'une baisse de luminosité et souvent d'une baisse de tonus. Ce changement de cap pour l'organisme peut parfois s'accompagner d'un moral perturbé et d'un sommeil moins réparateur.

Pour vous aider à vivre sereinement le changement de saison, l'atelier présentera les grands principes d'une alimentation revitalisante de fin d'été et permettra la réalisation des préparations suivantes :



Tisane du « **Centenaire** », version Val des Saveurs,
pour renforcer la vitalité



Sirop stimulant à base d'**argousier** et de **romarin**

Douceur aux Saveurs d'automne
une délicate confiture à base de pommes,
d'angélique et de gingembre
pour se faire du bien



TARIF : 17€ par personne incluant toutes les fournitures pour l'atelier.

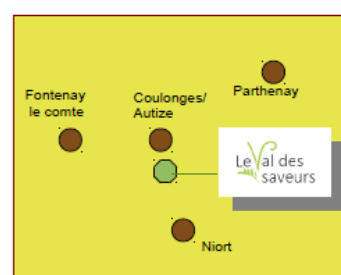
Chaque participant repart avec un échantillon de chacune des préparations réalisées.

Pour tout renseignement ou inscription : 06 64 68 39 18 ou levaldessaveurs@gmail.com

Site internet : www.levaldessaveurs.com

Rendez-vous au Val des Saveurs
28 rue du moulin – Guilbeau 79160 ARDIN

Guilbeau se situe entre Niort et Coulonges sur l'Autize sur la D744. Le lieu-dit est indiqué sur la gauche après avoir traversé l'Autize quand on vient de Niort, La rue du Moulin en est la seule rue. Si on vient de Parthenay/ Coulonges sur l'Autize, les éoliennes sont un excellent point de repère, Guilbeau est indiqué sur la droite, en contrebas, juste après les avoir dépassées



Animation de l'atelier : Valérie Uzanu, gérante du Val des Saveurs