

Sommières - 6 Octobre 2018 & 11 Mai 2019



Atelier Baum' Baum'



Faire soi-même ses huiles, onguents et baumes !



Organisation et Animation :

CIVAM du Vidourle

Contact et inscription :

Nirmala DANIEL

nirbuena@gmail.com

www.civamgard.fr



Atelier Baum' Baum'



Huiles, baumes et onguents, en association avec la cire, la propolis et le miel que nous procurent les abeilles sont des cadeaux de la nature, si simples à confectionner, si doux et apaisants pour nos petits maux du quotidien.

Des ateliers animés par :

Magali Deshons et Agathe Dusch, deux passionnées de plantes mais également diplômées d'Imderplam, l'Ecole des plantes médicinales et de la médecine douce, ont réuni leurs compétences pour vous proposer ces ateliers et vous faire partager leur savoir-faire.

Ateliers pratiques !

Venez réaliser des recettes d'huiles, d'onguents et de baumes que vous pourrez ensuite reproduire chez vous. Vous repartirez également avec des conseils, indications thérapeutiques et précautions d'usage des produits réalisés pendant les ateliers.

Les ateliers vous permettront également d'être sensibilisés au respect des plantes et à leur cueillette grâce à des petites balades en début de séance.

Programme

L'atelier Baum' Baum' est composé de deux séances qui ne peuvent être réalisées séparément. Lors des ateliers, vous confectionnerez macérât huileux et onguents (base d'un baume fabriqué à partir d'une macération huileuse, de cire et de conservateur naturel).

► Atelier d'automne

Réalisation d'une huile circuloire et d'un onguent cicatrisant

6 Octobre 2018

- Balade découverte, reconnaissance de plantes et récolte de racines.
- Mise en macération huileuse des racines récoltées.
- Recette de l'onguent cicatrisant puis fabrication
- Échanges autour d'une infusion

→ **Repartez avec votre onguent cicatrisant !**

La macération huileuse nécessitant plusieurs jours, vous profiterez de votre huile circuloire à l'atelier de printemps.



A prévoir pour l'atelier !

- Un carnet de notes
- Un stylo
- Un appareil photo pour ceux qui le souhaitent



► Atelier de printemps

Réalisation d'une huile de beauté et d'un onguent contre les piqûres et démangeaisons

11 mai 2019

- Balade découverte, reconnaissance de plantes, cueillette et tri
- Mise en macération des plantes récoltées
- Recette de l'onguent apaisant puis fabrication
- Echanges autour d'une infusion

→ **Repartez avec avec vos huiles et votre onguent !**

INFOS PRATIQUES

▪ Horaires

Les ateliers se dérouleront le **samedi** de 13h30 à 17h00.

▪ Lieu

Les séances ont lieu à Sommières.

Le lieu de rendez-vous est donné sur le parking de l'Intermarché (côté laverie auto) à Sommières. Le groupe se rendra ensemble sur le lieu de l'atelier.

▪ Public

Adultes & Enfants (à partir de 10 ans et accompagnés d'un adulte).

L'atelier est **limité à 12 participants**. En dessous d'un certain nombre d'inscrits, le CIVAM du Vidourle se laisse la possibilité d'annuler la tenue de l'atelier.

▪ Tarifs

24 € (tarif unique adulte ou enfant) pour le cycle de 2 séances.

L'adhésion 2018-2019 au CIVAM du Vidourle est obligatoire et s'élève à 10 € par famille.

Soit un total de 34 €.

Inscription

Merci de retourner le bulletin d'inscription dûment complété et accompagné de votre règlement par chèque (adhésion + tarif atelier) à l'ordre du CIVAM du Vidourle.

QUI NOUS SOMMES ?

«CIVAM» signifie Centres d'Initiatives pour Valoriser l'Agriculture et le Milieu Rural.

Le CIVAM du Vidourle a pour objectif

de promouvoir le développement durable dans les actes quotidiens.

Il mène des actions et organise des ateliers pratiques sur les thèmes suivants :

- Jardinage bio - Jardin Forêt - Permaculture...
- Cuisine bio et alternative,
- Plantes de la Garrigue : usages et rapport au milieu naturel,
- Fabrication de ses propres cosmétiques,
- Alternatives aux pesticides,
- Compostage de proximité à la ferme,`
- Éco-habitat et énergies renouvelables.

Avec le soutien de :



CIVAM du Vidourle
216 Chemin de Campagne
30250 SOMMIÈRES
Tél : 04.66.77.10.83.
www.civamgard.fr