



« Mon corps parle La Nature répond »

Les multiples expressions des plantes sont autant de stratégies pour entrer en synergie avec leur environnement duquel nous sommes partie intégrante. Alors que nous disent-elles ces herbes et ces fleurs qui nous entourent, comment peuvent-elles influencer notre santé ?

4 journées à thème pour faire le lien entre les plantes médicinales et nos troubles

- *Les dépuratives du printemps et les plantes diurétiques*
- *L'appareil respiratoire et les plantes médicinales*
- *Les maux de l'appareil digestif et les herbes adaptées*
- *Les plantes qui soulagent les altérations de la peau*

Le cadre :

Un paysage de montagne empreint de biodiversité. Dans cette étude nous nous intéresserons essentiellement aux plantes de nos contrées.

La démarche :

Avec tous nos sens en éveil, nous irons à la rencontre de ces plantes que nous côtoyons : regarder, sentir, goûter, toucher, mais aussi dessiner, écouter ... pour entrer en relation avec elles, pour approcher le dialogue avec la Nature

Le but :

- Connaître un peu mieux les plantes (cueillette, conservation, préparation, mélanges) et leurs vertus (des tableaux seront distribués sur les affections et les plantes correspondantes avec leurs propriétés)
- Nous laisser émerveiller et enseigner par le « geste » et les « atours » que les plantes utilisent pour exprimer ce qu'elles sont, ce qu'elles savent faire (nous avons en nous des capacités intuitives à explorer)
- Vivre une journée conviviale où le partage de connaissances, d'interrogations, de ressentis, peut être le tremplin vers une autre manière de vivre la Nature, vers une démarche plus holistique.

L'association Pietra Gaïa vous invite à 4 rencontres animées par Sylvie KLETTY

Les samedis :

2 avril, 16 avril, 30 avril, 14 mai

(sous réserve que le groupe soit assez étoffé)

De 8h45 à 18h

Au 8 chemin du Brézouard à AUBURE

Participation aux frais : 25 € la journée, collations et repas compris.

**Inscription : auprès de Sylvie KLETTY au 03 89 73 91 63 ou par courriel
sylviekletty@orange.fr**

Le plus tôt possible et de préférence 1 semaine avant l'atelier

L'étude se fera en salle, mais nous irons régulièrement sur le terrain pour voir et chercher des plantes, pour les dessiner dehors si le temps le permet (le dessin permet une observation plus fine des forces qui sont en jeu dans leur métamorphose, et le but de la démarche n'est pas de réaliser des œuvres d'art)

→ Bonnes chaussures et habits chauds recommandés.