



# Atelier HERBO

## « Je prépare l'hiver »



<b>Date</b>	Samedi 9 octobre 2021
<b>Thème</b>	« Je prépare l'hiver ».
<b>Activité</b>	<p>Lèvres gercées, refroidissement, toux, rhume...</p> <p><b>SPORNAT</b> vous propose de renouer avec des remèdes simples et efficaces en vue de préparer l'hiver.</p> <p><u>Au programme :</u></p> <ul style="list-style-type: none"><li>➤ composition d'une tisane,</li><li>➤ confection d'un sirop et d'un baume à lèvres,</li><li>➤ présentation de recettes anciennes et de quelques plantes médicinales de saison.</li></ul> <p>Au cours de cet atelier d'herboristerie, vous réaliserez vous-même votre sirop et votre baume à lèvres.</p> <p>Les contenants (bouteille pour le sirop et petit pot pour le baume), les matériaux nécessaires et recettes sont fournis par nos soins.</p> <p>Matériel à apporter : un tablier 😊</p>
<b>Lieu et horaire</b>	L'atelier se déroulera à <a href="#">Sint-Agatha-Rode</a> de 13h30 à 16h00. L'adresse exacte sera communiquée aux participants en temps utile.
<b>Inscriptions</b>	Inscription <b>obligatoire</b> par <a href="#">mail</a> ou en ligne sur notre <a href="#">site</a> . Maximum 10 participants.
<b>PAF</b>	<b>20 €</b> (pour les non-membres) ou <b>17 €</b> (pour les membres de <b>SPORNAT</b> asbl) A verser au moment de l'inscription sur le compte de <b>SPORNAT</b> asbl n° BE38 6527 9912 3872 avec la communication « <i>Prénom Nom – Atelier HERBO Je prépare l'hiver 09.10.2021</i> » Seul le versement (non remboursable) valide définitivement l'inscription.  La PAF inclut : <ul style="list-style-type: none"><li>• la tisane réalisée ensemble pendant l'atelier</li><li>• les contenants (bouteille pour le sirop et petit pot pour le baume)</li><li>• les matériaux nécessaires et recettes</li><li>• les frais d'organisation</li></ul>
<b>Contact</b>	<b>Christine Delattre</b> <i>Guide Nature CNB (Cercle des Naturalistes de Belgique), Apicultrice &amp; Herboriste</i> de <b>SPORNAT</b> asbl : 0475/370.117 – <a href="mailto:rando@spornat.com">rando@spornat.com</a>

