

# Les Herbes aux Cistes

**Reconnaissance et Immersion** **Vendredis 10h-13h, 15€**  
28 fev, 14 mars, 11 avril

Des temps et des espaces auprès  
des plantes : observation,  
connexion, alimentation, création

**+ Itinérance les 16-17 mai 2025**  
**+ Stage plein air – bord de rivière**  
**Du 07 au 10 juin 2025**

## **Cuisine vivante**

Alliances, alchimies, patience,  
temps. Alimentation fermentée,  
riche en saveurs et nutriments.  
Inspiration des saisons.

**Samedis 10h-13h, 20 à 30€**

22fev, 1<sup>er</sup>, 8 et 15 mars, 12 avril  
Des transformations végétales,  
pour une cuisine du quotidien  
saine et vivante

## **Empreintes végétales**

L'art du martelage sur tissu, du  
laisser faire, de l'idée  
vers la matière, comme un lien  
tissé vers soi

**Temps individuel accompagné**  
**+ échanges en phytothérapie**  
Lieu et horaire sur RDV  
Durée 3h, 36€

## À Sablières

Autres dates & lieux sur demande



*Info & Inscription*

Clémentine / 0752028913

*asso@lesherbesauxcistes.fr*