



se lever du bon pied



PROJECTION DÉBAT : SUGARLAND UN FILM DE DAMON GAMEAU.
VENDREDI 28 JUILLET A 18H.

Participation au chapeau.

80 jours en immersion sur la planète sucre. *Sugarland* changera à tout jamais votre regard sur votre alimentation. Après la projection, temps d'échange convivial autour d'une boisson issue de la production du Jardin.



**DESTRESS,
UNE RENTRÉE EN PLEINE FORME.**
DIMANCHE 3 SEPTEMBRE À 14H.
10 € par participant.
à partir de 7 ans.

Préparez la rentrée en douceur avec des ateliers pratiques de relaxation, pour aborder la rentrée du bon pied.



RESPIRONS LA NATURE.
LE MARDI 18 JUILLET ET LE
MERCREDI 16 AOÛT A 16H.
12 € par adulte (Gratuit pour les
enfants).

Voici l'occasion de vous remettre en lien avec la nature. Nous vous proposons de comprendre les respirations humaine et végétale et de voir comment elles coopèrent.

LE JARDINIER EN BONNE SANTE.
MARDI 9 MAI A 18H15.
10 € par participant.
Atelier adulte

Les beaux jours arrivent, le jardinier rejoint le potager, il va prendre soin de ses légumes. Mais qui va prendre soin du jardinier ? Que vous soyez adeptes de la bêche ou de la grelinette, venez en apprendre plus sur la façon de jardiner en faisant attention à vous.



**DE LA CUEILLETTE A
LA LACTO - FERMENTATION.**
DIMANCHE 10 SEPTEMBRE
DE 14H A 17H.
20€ par participant

L'animation abordera les principes de la lacto-fermentation et la mise en pratique de la cueillette à la transformation. Chaque participant repartira avec sa transformation.



Renseignements et réservations/Guillaume et Tatiana : 07 84 85 85 20
Ces animations ont lieu au Jardin pour la Terre - 63220 Arlanc