

# Mon atelier Bio

Atelier de juin en famille (1 adulte/1 enfant)

## Cueillette de plantes comestibles et fabrication d'un Kéfir aux fruits

Notre beau fleuve, la Loire, regorge de trésors comestibles autres que les poissons ! Venez découvrir les bords de Loire différemment et cueillir fleurs et plantes comestibles, tout en passant un moment agréable d'échanges et de découvertes. La cueillette servira également pour la fabrication d'un Kéfir aux fruits, aux nombreuses vertus médicinales. Vous serez surpris lors de la dégustation par son goût incomparable, acidulée, naturellement pétillante et riche en microorganismes et vitamines.

Mélanie Berger, Infirmière-naturopathe, vous accompagnera pendant cet atelier  
et répondra à toutes vos questions

**Samedi 25 juin 2022 de 16h45 à 19h00**

Pour la cueillette : Le point de Rendez-vous précis, quai de Prague, vous sera fourni après l'inscription  
Fabrication du Kéfir : Maison des associations d'Orléans Rue Ste Catherine 45000 ORLEANS

**Participation aux frais fournitures comprises** : Adhérent/famille : 8 € - Non adhérent/famille : 15 €  
Renseignements : [afep.contact@afep.asso.fr](mailto:afep.contact@afep.asso.fr)

Inscription avant le 17 juin : <https://www.billetweb.fr/x22-321-ace>