



Anne Marie Pujol

Botaniste phytothérapeute formatrice

Passionnée depuis toujours par l'étude de la botanique et des thérapies naturelles, Anne Marie Pujol a été amenée à mieux connaître, découvrir et comprendre ce grand laboratoire qu'est la Nature et le monde végétal qui évolue sous nos yeux au long des saisons.

Son dernier ouvrage « *Votre équilibre émotionnel avec les fleurs de Bach* », coécrit avec Claudine Luu, docteur en pharmacie et en Sciences naturelles est paru en 2019 aux Editions Terre Vivante.

En 2020 pour le Festival BioZen Anne Marie Pujol intervient sur une conférence et un atelier.



- Conférence

Richesses et vertus thérapeutiques des Plantes médicinales des Pyrénées. Recettes partagées.

- Atelier « **Elaboration d'une tisane** »

Tisane « *MOUVEMENTS FACILITES* »

*Définition d'une tisane

*But de la tisane

*Sa composition

*Mode d'utilisation

Plantes utilisées :

Reine des prés, bouleau, saule, orties, frêne, prêle et serpolet.



Après avoir défini ce qu'est une tisane, quel est son but et quelle composition mettre en place, les mouvements seront facilités pour la réaliser.

A partir de Plantes fraîchement cueillies par Anne Marie, chacun composera la tisane adaptée à son métabolisme et repartira avec.

Durée : 1h30

Tarif/pers. : 20€

Réservation de l'atelier :

pujol.amarie@gmail.com

Tel : 06.07.10.29.18