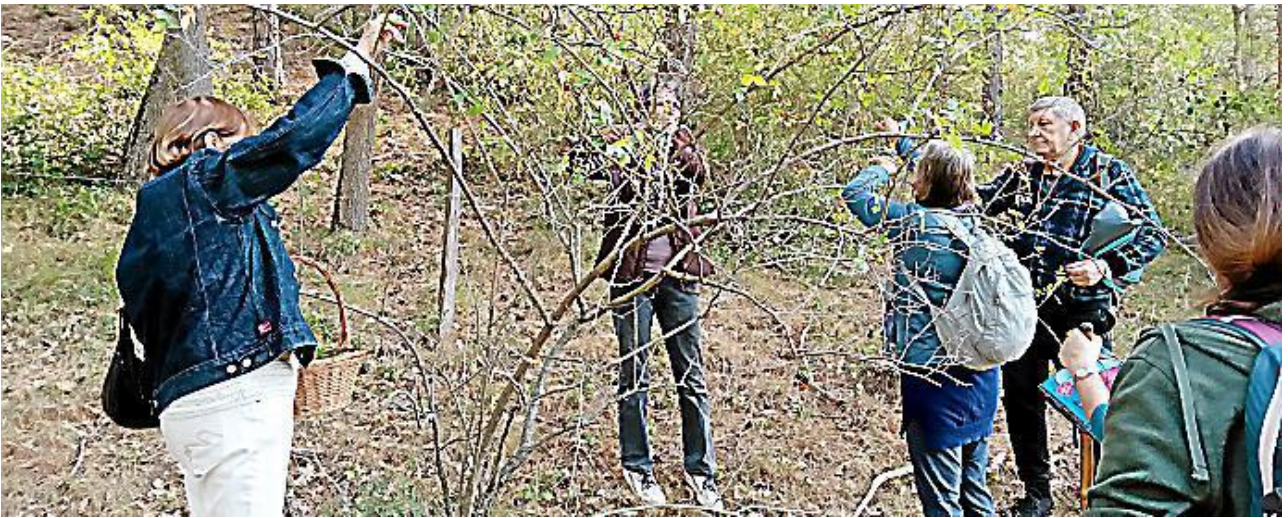


Manger équilibré pour presque rien avec la Maison paysanne

🕒 2 min



Le premier atelier de l'année s'est déroulé à Campagne-sur-Aude à la ferme du Gaec de Bergnes en présence de l'association Herba Venti (éducation à l'environnement du monde végétal) et d'une médiatrice en santé de Médecins du monde pour permettre aux neuf participants de trouver leur place et se sentir en confiance tout au long de la journée. Il portait sur la thématique « découverte des plantes sauvages et pâtes végétaux » en réponse à une demande des participants des ateliers de l'an passé. Ces ateliers, organisés à destination de personnes en situation de précarité en Haute Vallée de l'Aude, bénéficient d'un soutien financier dans le cadre du Projet alimentaire territorial (PAT) de la Haute Vallée de l'Aude. Ils sont animés par la Maison paysanne de l'Aude. Cette action est financée cette année par la Direction régionale de l'alimentation, de l'agriculture et de la forêt (Draaf Occitanie). Elle est organisée et coordonnée en partenariat avec Médecins du monde et le Contrat local de santé de la Haute Vallée qui animent le Réseau santé précarité réunissant de nombreux partenaires du social et de la santé. Ces ateliers

organisés depuis 2020 rencontrent un véritable succès auprès des participants, certains sont devenus des habitués de ces journées qui sont de vraies bouffées d'air au milieu de leur quotidien difficile.

Suite au deuxième atelier qui a eu lieu à Chalabre, un prochain atelier sera organisé à Quillan mardi 11 juin, « découverte et cuisine de plantes et fleurs sauvages autour du Jardin des colibris à Quillan ». Après la visite du jardin, Laurie Beaufiles de l'association Herba Venti emmènera les participants en balade pour découvrir et reconnaître les plantes et fleurs sauvages présentes aux alentours du jardin. Ils partageront le repas du midi sous forme d'auberge espagnole agrémentée d'une salade de plantes sauvages fraîchement cueillies le matin. L'après-midi sera dédié à la transformation et la conservation de ces plantes et fleurs sous forme de condiments et autres. L'atelier sera encadré par Alix, médiatrice en santé de Médecins du monde, un bénévole et Marine animatrice du PAT de la HVA à la Maison paysanne de l'Aude. Inscription auprès d'Alix : 06 99 64 58 21. La Maison paysanne organise avec la Pyrocantine paysanne et le Centre d'accueil des demandeurs d'asile des repas une fois tous les deux mois. Contact : Marine Mertz au 07 50 04 50 96.

P. L.