

Quillan : rencontre et partage aux ateliers de la Maison paysanne



Petit-déjeuner dans le Jardin des Colibris.

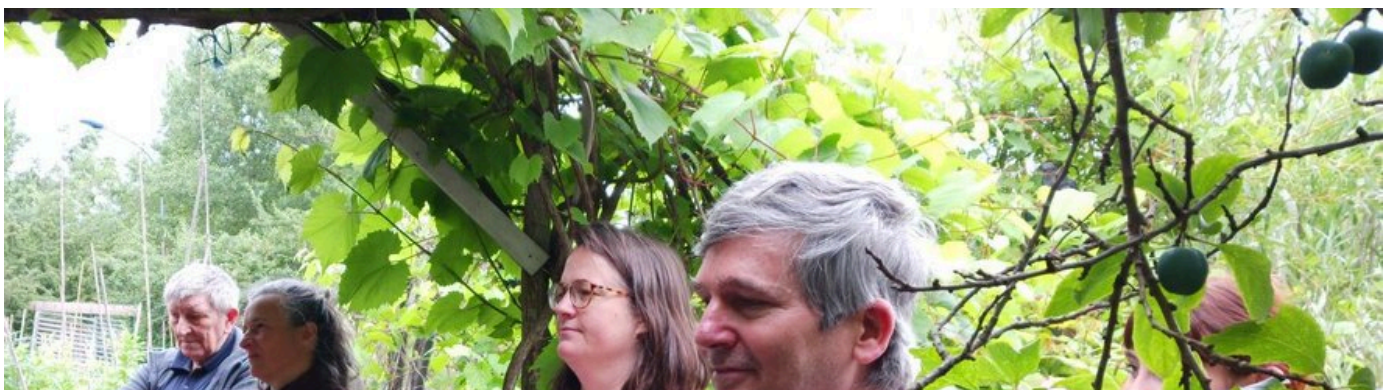


Social, Quillan

Publié le 16/06/2024 à 21:13

CORRESPONDANT

Des conseils en nutrition ont été donnés.



Ils s'adressent aux personnes en situation de précarité et amorcent une réflexion sur la consommation de chacun et sur ce qui peut-être changé. Marine Mertz, de la Maison paysanne, explique : *"Même avec un budget limité, il est possible d'améliorer un plat tout simple en y ajoutant quelques herbes que l'on peut trouver gratuitement dans la nature"*.

Marine Mertz a accueilli les participants aux côtés de Flavienne Mazardo-Lubac de l'association Médecins du monde et de Laurie Beaufiles de l'association Herba venti. Après un petit-déjeuner arrosé de quelques fines gouttes de pluie, le groupe a visité les jardins du Colibri. Il s'agit de parcelles mises à disposition par la Communauté de communes et cultivées par les membres d'une association dont le mot d'ordre est la solidarité. Une balade avec cueillette de plantes sauvages a été ensuite animée par Laurie. Après avoir partagé un repas, les participants ont assisté à un atelier de cuisine avec les plantes cueillies. Comme l'a souligné Marine Mertz : *"La mise en place de ces ateliers demande beaucoup de temps et d'énergie mais cela en vaut la peine, surtout d'un point de vue humain et relationnel"*. Si tous les conseils en santé et en nutrition donnés ce jour-là ont leur importance, ce que recherchent les personnes qui participent à ces journées, c'est avant tout la rencontre et le partage, un remède contre la solitude et l'isolement.

[Voir les commentaires](#)

Réagir



Ajouter un commentaire

[Publier mon commentaire](#)

[Lire la charte de modération](#)