



# À VOTRE SANTÉ !

Journée Portail Ouvert au Jardin d'ADELES

36 avenue Magellan à Pessac

dimanche 21 septembre 2025 de 10h à 18h

## Toute la journée

Présentation des AMAP bio et des paniers 100% d'ADELES

Visite libre du Jardin d'ADELES

Coin lecture - dessin pour enfants

Chamboule-tout contre les ennemis de la santé

Devinez qui je suis par



Buvette aux couleurs de Terre d'ADELES

À la Boutique d'ADELES, des trésors de bienfaits  
issus du Jardin d'ADELES

## En matinée

10h Visite guidée du Jardin d'ADELES

Atelier boutures de plantes médicinales

Atelier mensuel du collectif Envie de Jardiner

10h30 Initiation Qi gong

Balade botanique spéciale bienfaits des plantes

11h Pause sophrologie



Terre d'ADELES <http://terredadeles.org>  
tél. : 07 70 84 10 15 courriel : [contact@terredadeles.org](mailto:contact@terredadeles.org)



# À VOTRE SANTÉ !

**Journée Portail Ouvert au Jardin d'ADELES**

36 avenue Magellan à Pessac

**dimanche 21 septembre 2025 de 10h à 18h**

## **Au mitan de la journée**

**12h Apéro façon ADELES**

**12h30 Restauration bio et libanaise !**

## **Dans l'après-midi**

**14h Pause sophrologie**

**Poèmes « sans T », atelier d'écriture**

**Santé du corps, santé de la planète par Marie-Hélène**

**14-17h Démonstration de modes de cuissons peu polluants**

**Atelier bouturage de plantes médicinales**

**15h Visite guidée du Jardin d'ADELES**

**15h Initiation stretching postural avec l'institut du Tao**

**16h Visite du verger**

**16h30 Crêpes-partie bio avec Rock et machine**

**17h30 Visite guidée du Jardin d'ADELES**

Terre d'ADELES <http://terredadeles.org>  
tél. : 07 70 84 10 15 courriel : [contact@terredadeles.org](mailto:contact@terredadeles.org)