



Atelier de diététique ayurvédique

Samedi 24 janvier 2026

9H15-12H15

Atelier en lien avec la saison hiver/printemps

Explications sur le feu digestif et pratique :

Ghee -beurre clarifié- ; Churna Kapha ; Dahl mungo ; Lait d'or ; chutney gingembre/miel.

NB : apporter 250 gr de beurre doux (sauf si vous faites déjà le ghee chez vous), trois pots en verre (1 petit et deux moyen), un tupperware de taille moyenne pour ramener une part des préparations et un thermos.

Tarif : 50 €

LIEU : N° 20, la Plessette 35230 ORGERES

TEL : 06 30 22 24 58