



JARDIN SOLIDAIRE À CHAUVIGNY

Cultiver la terre, nourrir les liens
et récolter les bienfaits pour sa santé



DES JARDINS OUVERTS À TOUTES ET TOUS

Bien plus que de simples espaces cultivés, les jardins solidaires de VMS sont des lieux d'échanges et de convivialité.

Venez partager un moment en plein air auprès de nos jardiniers bénévoles et profiter des bienfaits du jardinage. **Tout le monde est le bienvenu !**



**PARTAGER DES MOMENTS DE CONVIVIALITÉ,
APPRENDRE ET ÉCHANGER DES SAVOIR-FAIRE**



**AMÉLIORER VOTRE SANTÉ GRÂCE À L'ACTIVITÉ
EN PLEIN AIR ET AUX EXERCICES PHYSIQUES**



**PROFITER DE LÉGUMES FRAIS,
BIO ET DE SAISON**



LE JARDIN SOLIDAIRE, COMMENT ÇA MARCHE ?

En lien avec la référente jardin, vous déterminez votre rythme de présence.

Vous avez la possibilité de participer **aux activités de jardinage** et de prendre part à nos **ateliers cuisine** ! Après chaque matinée de jardinage, vous repartirez avec un **panier de légumes**.



**1 JARDIN SOLIDAIRE SUR DEUX ESPACES
ST PIERRE LES ÉGLISES ET ROUTE DE LUSSAC**



**OUVERTS LE LUNDI, MERCREDI
ET VENDREDI MATIN**



**UN ATELIER CUISINE CHAQUE MOIS ANIMÉ
PAR UN PROFESSIONNEL DE LA NUTRITION**



Grâce à notre référencement dans le dispositif PEPS (Prescription d'Exercice Physique pour la Santé), le jardinage devient un véritable allié pour votre santé. Pour les personnes atteintes d'une pathologie chronique, votre médecin a désormais la possibilité de vous prescrire cette activité, qui peut être prise en charge par certaines mutuelles.



REJOIGNEZ-NOUS !

Envie de découvrir notre association et nos jardins ? N'hésitez pas à nous contacter !



06 35 27 49 60 | 05 16 08 43 11



suzymaurin.vms@gmail.com | contact@vms86.fr

VOUS SOUHAITEZ EN SAVOIR PLUS
SUR L'ASSOCIATION VMS ?

Rendez-vous sur www.vms86.fr

