

## Santé et bien-être par les plantes

6, 7 et 8 mai 2017

Stage  
pratique



**Changer d'air et vivre une parenthèse  
au rythme de la nature grâce à des balades  
pour identifier et cueillir les plantes sauvages  
et des ateliers pratiques pour les utiliser au quotidien**

## Santé et bien être par les plantes



### AU PROGRAMME

**6 mai** règles d'or de cueillette, clés de reconnaissance et d'utilisation des plantes (dosages et préparations traditionnelles)

**7 mai** récolte et fabrication d'un macérât de plantes, regards sur les plantes nutritives et calmantes

*Soirée conviviale en pleine nature*

**8 mai** récolte, préparation et dégustation de plusieurs plats « sauvages » riches et variés pour oser dans son quotidien

### EN PRATIQUE

**Lieu** Mouzillon (44) A 5km de Clisson -25km de Nantes/Cholet

**Tarifs et dates**

200€

**Le we de 3 jours les 6, 7 et 8 mai 2017**

**PRÉPARATIONS MÉDICINALES ET REPAS BIOS VEGETARIENS INCLUS**  
Hors hébergement - Petit budget et tarif de groupe: nous contacter  
NSCRIPTION SUR RÉSERVATION

**Naturellement**  
autonome



**POUR EN SAVOIR PLUS ET S'INSCRIRE**

Mélissa – 06 83 62 74 79

[plantes@naturellement-autonome.fr](mailto:plantes@naturellement-autonome.fr)

[www.naturellement-autonome.fr](http://www.naturellement-autonome.fr)