



Apéro sauvage et causerie autour des plantes comestibles et médicinales

organisé
par Mélissa et l'association

Naturellement
autonome



et la librairie l'Odyssee



Venez nous retrouver le **mardi 14 mars à partir de 19h15 à la librairie** pour découvrir les mille et une vertus des plantes sauvages lors d'un échange autour des plantes médicinales et comestibles de nos campagnes.

Mélissa partagera son expérience pratique pour savoir où les cueillir, comment les reconnaître et apprendre à les utiliser, et ainsi constituer sa propre herboristerie familiale en soignant les maux du quotidien et apporter une note sauvage, riche et savoureuse à son alimentation.

Dégustations à base de plantes sauvages, et regards sur les livres disponibles pour nous accompagner en toute sécurité.

Réservation recommandée

Librairie L'Odyssee
44 rue François Luneau
44330 Vallet
02 40 33 99 03

librairielodyssee@gmail.com
www.librairielodyssee-vallet.com

Initiés des plantes ou non, vous souhaitez être dans le concret et faire par vous-mêmes, en toute simplicité, convivialité et sécurité.... Alors venez nous rejoindre lors de balades dans la nature et participer à des ateliers pratiques autour des plantes. Quoi de plus enrichissant que de venir partager un moment de convivialité et de sortir de votre quotidien pour intégrer la nature à celui-ci, afin de devenir plus autonome ?

Tous les détails sur les dates et le contenu des formations proposées par Naturellement autonome sur

www.naturellement-autonome.fr

et auprès de Mélissa pour **NATURELLEMENT AUTONOME**

06.83.62.74.74 plantes@naturellement-autonome.fr

Naturellement
autonome

