

# Naturellement autonome



Pour qui ?

Intéressés par la nature, vous souhaitez **découvrir les plantes sauvages comestibles et médicinales**, qui vous entourent, et apprendre à les utiliser. Ou bien, vous êtes déjà un peu initiés aux plantes et vous avez envie de rafraîchir ou compléter vos

Quoi ?

**L'idée est d'aller dans la nature, reconnaître les plantes et apprendre à vous faire confiance au fur et à mesure des balades, au fil de l'eau et des saisons. C'est aussi des ateliers pratiques pour être dans le concret et faire par vous-même, et ainsi constituer votre propre herboristerie familiale, cuisiner ou jardiner avec les simples... en toute simplicité, convivialité et sécurité...**

Combien ?

A partir de 25€ la ½ journée et 50€ la journée  
Inscription sous forme de cycles à l'année ou à la carte  
Sur réservation uniquement

Où ?

Environs de Mouzillon (5 km de Clisson)  
**25 km de Nantes** ou de Cholet  
Accueil au milieu d'une nature diversifiée et préservée

Par qui ?

Naturellement autonome et Mélissa vous proposent

- un partage d'expériences vécues
- un apprentissage de savoir-faire
- un moment convivial
- une immersion dans la nature
- une quête d'autonomie



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

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

Mélissa – 06 83 62 74 79  
[plantes@naturellement-autonome.fr](mailto:plantes@naturellement-autonome.fr)

