



BALADE ETHNO-BOTANIQUE

- Balade d'environ 2 heures dans votre jardin ou un espace naturel, en solo ou accompagné de votre famille, voisins et amis.
- Identification des plantes sauvages comestibles et médicinales les plus courantes, présentation de leurs usages potentiels pour le cadre familial, précautions à prendre.
- Accès à un dossier numérique incluant:
 - Un livret numérique
 - L'inventaire des plantes du site visité ensemble
 - Des conseils pour la cueillette et l'utilisation des plantes
 - 4 fiches recettes à base de plantes sauvages



TARIF

A partir de 150 euros la prestation

Frais de déplacement supplémentaires à prévoir selon le lieu choisi

CONTACT

Anne-Sophie Lemaire : 06 77 77 56 93

phytopause@gmail.com

www.phytopause.fr

La disponibilité des plantes variant en fonction des saisons, cet inventaire n'a pas pour but d'être exhaustif mais de mettre en évidence une partie des plantes sauvages comestibles et médicinales communes. L'objectif sur le terrain est de vous accompagner vers l'autonomie dans l'usage des plantes, en ciblant 10 à 20 plantes que vous pourrez reconnaître facilement à l'issue de cet accompagnement. Notre démarche entre dans le cadre d'une sensibilisation à la protection de votre environnement pour choisir des zones appropriées de cueillette sauvage ou s'informer sur les utilisations des plantes.