

Prêt.e pour un passage au sauvage ?

Apprendre à connaître son environnement (faune, flore, paysage), le comprendre et en faire bon usage.

Pour prendre soin de soi, restaurer des repères et mieux s'orienter au fil des saisons.

Les Herbes aux Cistes, c'est la recherche d'un.e :

Ecoute et Accompagnement attentionné

Transmission solidaire et généreuse

Nature salvatrice et bienveillante

Ensemble, déterminons vos besoins et programmons :

- RDV personnalisés sur le lieu de vie
- Immersions grandeur nature en marche itinérante
- ateliers de transformation (cuisine vivante et création)



Clémentine PRADELLES

LesHerbesauxCistes.fr

0752028913

Reconnaissance et Immersion

Une approche sensitive des végétaux (dessin, chant, mouvement...) pour une observation attentive de l'environnement et des savoirs-faire traditionnel.

Temps individuel guidé et accompagné

Le martelage sur tissu comme point de départ. Vivre l'art du laisser faire, de l'idée vers la matière. Un lien tissé vers soi sous le regard bienveillant des plantes.

Herbalisme & échanges en phytothérapie

Un repérage des plantes et arbres du quotidien pour identifier ses besoins selon les saisons, repérer les végétaux qui nous font du bien, s'en nourrir, prévenir et agir.



les Herbes
aux Cistes