

## Tisane

### « LES QUATRE SAISONS »

4 INFUSIONS\* POUR TRAVERSER LES MOMENTS CHARNIÈRES DE L'ANNÉE

SYNERGIE DE 5, 7 OU 9 PLANTES

\* RÈVES DE PLUME, HAUT ! LES GAMBETTES !, CURE D'ÉQUINOXES, AGRIPPINE

### « LES PLANTES SEULES OU EN SYNERGIE »

PLUS DE 40 INFUSIONS ISSUES DE MA PRODUCTION BIOLOGIQUE LOCALE

**FEUILLES, FLEURS, OMBELLES, PARTIES AÉRIENNES** DANS UNE SÉLECTION DE PLANTES ESSENTIELLES, RECONNUES POUR LEURS GRANDES QUALITÉS

## Sirop

MÉLANGES COMPLEXES POUR UNE BOISSON SUBTILE, LONGUE EN BOUCHE, AVEC DES TONALITÉS CHANGEANTES

ENCHANTE LES PRÉPARATIONS CULINAIRES, LES DESSERTS, LES FROMAGES PAR UNE TOUCHE SURPRENANTE

## Pesto

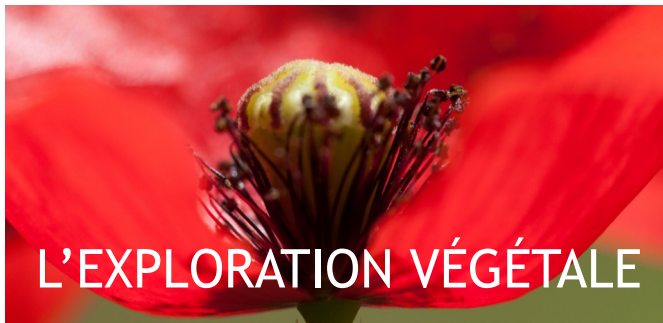
LA PUISSANCE DU VÉGÉTAL DANS DES PRÉPARATIONS GOURMANDES

ÉNSOLEILLE LES PLATS D'ÉTÉ JUSQU'AU CŒUR DE L'HIVER



Mes créations sont :

Intégralement biologiques  
Issues de récoltes manuelles  
Inspirées de l'herboristerie traditionnelle



Formée en 2005 en herboristerie, engagée en agro-écologie, productrice locale sur quelques hectares, je partage activement ma passion et mon émerveillement pour la nature.

Grâce à des parcours sensoriels parmi les couleurs, les senteurs et les saveurs, j'anime des ateliers autour de ce que j'appelle **L'EXPLORATION VÉGÉTALE**.

Trait d'union entre les êtres, ce voyage parmi les fleurs et les plantes nous invite à une compréhension profonde de nous-même et des autres.

Sur demande, je conçois et anime des activités individuelles ou pour petit groupe.



<http://cocodeguers.id.st>

<http://www.facebook.com/LesCoDesJardins>

06 10 27 24 45 • [cocodeguers@orange.fr](mailto:cocodeguers@orange.fr)

## Animation

PLANTES MÉDITERRANÉENNES : USAGES, BIENFAITS, BESOINS, MILIEU, CULTURE

DÉCOUVERTE OLFACTIVE ET GUSTATIVE VÉGÉTALE

POUR OFFICE DE TOURISME, MÉDIATHÈQUE, ÉCOLE, MUSÉE, MONUMENT HISTORIQUE...

## Au jardin

DÉCOUVERTE DE MON MÉTIER, DE LA FLORE LOCALE (SAUVAGE OU CULTIVÉE)

VISITE ORGANISÉE THÉMATIQUE

TECHNIQUE DE CULTURE, CUEILLETTE, SÉCHAGE, TRI, SASSAGE, ENSACHAGE, HERBORISTERIE

## Formation

DE FUTUR PRODUCTEUR, PROFESSIONNEL EN HERBORISTERIE

ACCUEIL DE STAGIAIRE, D'ASSOCIATION

POUR CFA, CFPPA, SAVOIRS FAIRE ET DÉCOUVERTES...

## Social

ACCOMPAGNEMENT DE PERSONNE EN DIFFICULTÉ SOCIALE OU SITUATION DE HANDICAP

ATELIER DANS LES ÉTABLISSEMENTS PÉNITENTIAIRES : REMOBILISATION, EXPLORATION LUDIQUE ET SENSORIELLE, MÉDIATION VÉGÉTALE, CRÉATION DE JARDIN

MEMBRE DU RÉSEAU CIVAM RACINES ET DU CPIE BASSIN DE THAU