



écologie - herboristerie - méditation

**Élise Dumouchel, biologiste**  
Coach-herboriste itinérante

469, route d'Irlande  
Percé (Québec) G0C 2L0  
418.616.3528

[info@fleurauent.com](mailto:info@fleurauent.com)  
[www.fleurauent.com](http://www.fleurauent.com)

## Ateliers Nature-Santé

Élise Dumouchel et Fleur au vent vous offrent les Ateliers Nature-Santé : activités animées sur l'herboristerie, la nature et la santé globale, offertes à la population locale – adultes, jeunes et familles - dans un but éducatif et ludique.

Tous les moyens sont bons pour découvrir les merveilles que nous procure la nature : remèdes, nourriture, espace et environnement sain!

- ✓ Ateliers-causeries (échanges)
- ✓ Ateliers-conférences (présentations)
- ✓ Ateliers-contemplation (observations, yoga et méditation)
- ✓ Ateliers-formations (savoirs et apprentissages)
- ✓ Ateliers-randonnées (sorties extérieures)
- ✓ Ateliers-transformation (expérimentations)

Quelques exemples de thématiques d'ateliers qui pourront être offerts ultérieurement :

- ✓ Les petits fruits sauvages en Gaspésie
- ✓ Manger et se soigner par les plantes de nos bois
- ✓ Plantes culinaires médicinales : fines herbes et légumes pour une assiette en santé
- ✓ Plantes culinaires et médicinales de nos pelouses et plates-bandes
- ✓ Remèdes de saison
- ✓ Remèdes pour le voyage et vacances

Et encore plus!

### ***Un mot sur ...***

Élise Dumouchel est passionnée de la nature et s'intéresse au monde des plantes depuis plus de dix ans. Biographe et herboriste, elle s'est donnée comme mission de rendre la nature accessible à la population. L'animation, l'éducation populaire et la transmission des savoirs sont parmi les moyens qu'elle utilise pour que tous puissent bénéficier de ses richesses. Élise possède d'ailleurs un bon bagage d'animation et de vulgarisation avec différentes clientèles. C'est en Gaspésie qu'elle a choisi de s'installer pour partager sa passion!

Fleur au vent aborde l'écologie, l'herboristerie et la méditation pour nourrir la relation des gens avec la nature et avec leur propre nature. Les activités incluent et incluront ateliers, randonnées, services conseils, publication d'articles, produits d'herboristerie et coaching.