



## L'agriculture soutenue par la communauté (ASC)

### UNE FORMULE GAGNANTE ET SOLIDAIRE POUR TOUS

Cette année, l'Herboristerie La Fée des Bois a décidé de vous offrir des paniers saisonniers ASC d'herboristerie faits sur mesure pour les abonnés.

L'agriculture soutenue par la communauté (ASC) est fondée sur un partenariat ferme-citoyen, reliant les consommateurs à la terre par la formule des paniers bio.

Votre abonnement contribue au développement de l'économie locale et constitue **un investissement solidaire**.

Il permet à vos fermiers et fermières partenaires de cultiver vos aliments en respectant la santé des sols et de l'environnement.

À la ferme de l'Herboristerie La Fée des Bois, nous pratiquons une agriculture régénératrice, incluant les grandes lignes de la permaculture et certainement l'agriculture biologique depuis nos débuts. Nous avons décidé de faire le saut en 2023 vers la certification biologique. Nous sommes actuellement en pré-certification (le processus dure 15 mois) pour être officiellement certifiés biologiques pour nos récoltes de 2024 afin de vous donner des garanties de nos bonnes pratiques. Évidemment, la certification entraîne des coûts additionnels, donc la formule ASC nous aide avec ce processus.

Nous développons parallèlement un volet éducatif à la ferme, un parcours d'interprétation auto-guidé qui sera disponible dès juillet 2024 ainsi que des capsules vidéos éducatives sur les plantes médicinales que nous cultivons. La formule ASC nous permettra aussi de nous avancer dans ces travaux afin d'être prêts dès la belle saison. Votre abonnement aux paniers ASC vous donnera droit à une entrée gratuite à la visite auto-guidée ainsi qu'à un rabais de 10% sur tous nos ateliers et formations éducatives.

Comme la culture de plantes médicinales est légèrement différente de la culture de légumes, nos paniers se font sur une base saisonnière au lieu d'hebdomadaire, ce qui veut dire qu'au lieu de

recevoir un panier par semaine durant les mois chauds, vous recevrez un panier par saison, pour un total de 4 paniers.

En devenant membre avec nous, vous économisez beaucoup :

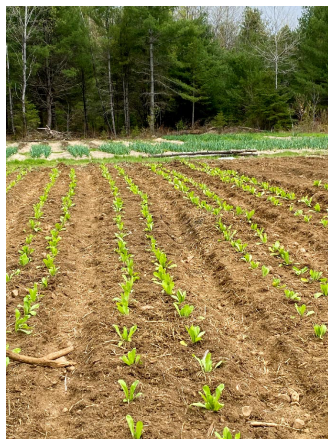
- L'inscription à nos paniers vous fait sauver 25% sur le prix régulier des produits qui se retrouveront dans votre panier (sur mesure pour vous), ce qui équivaut à environ 2 à 3 produits gratuits additionnels à chaque panier.
- L'inscription à nos paniers vous donne aussi une consultation gratuite d'une valeur de 150\$. La consultation me permettra de préparer des produits pour les paniers saisonniers sur mesure pour vos besoins mais aussi me permettra de vous guider coté alimentation, suppléments, etc.
- Les frais postaux sont inclus dans le prix des paniers mais ne sont pas calculés dans le rabais puisque nous offrons déjà la livraison gratuite pour les achats de plus de 129\$ et que chaque panier que vous recevrez aura une valeur de 165\$ avant le rabais. Donc, si vous êtes en mesure de venir chercher votre panier directement à la ferme ou dans un de nos points de chutes (MDO à Hull, La Forêt à Wakefield ou Multivert à Gatineau), vous économiserez un 10% additionnel, puisque nous vous ajouterons des produits pour couvrir les frais postaux économisés de notre côté. Ce qui veut dire 1 produit additionnel de plus par panier, pour 4 produits pour l'année s'additionnant à vos paniers. Nous vous recommandons cette formule si vous êtes dans un périmètre intéressant.
- Vous recevrez une fiche descriptive avec vos paniers, vous guidant dans la posologie et l'utilisation de vos produits sur mesure.

L'inscription aux paniers réguliers est 495\$ (pour l'année) incluant une consultation gratuite pour 1 personne. Vous économiser 315\$ ou plus selon les options choisies.

Cette grosseur de panier est recommandée pour une à deux personnes.

L'inscription pour les paniers formats familiaux est de 675\$ (pour l'année) incluant une consultation gratuite pour la famille (voir détails plus bas). Vous économiser 450\$ ou plus selon les options choisies. Cette grosseur de panier est recommandée pour une famille de un à deux adultes et un à trois enfants.

Les paniers seront envoyés quatre (4) fois durant l'année, et pourraient contenir un mélange de produits comme ceux qui suivent; à noter que les paniers seront vraiment faits sur mesure pour vos besoins de santé, ciblés lors de la consultation/bilan de santé, selon vos préférences et selon vos réponses au questionnaire.



- Début février – un panier pour tonifier votre immunité et tonifier votre corps

Format régulier :

- Sirop sureau ou tonique digestif - 230ml
- Teinture-mère adaptée pour vous, par exemple tonique immunitaire - 60 ml
- Balsamea - 115ml
- Tisane adaptée pour vous, tonique réchauffante comme la Boréal par exemple– 30 gr
- Bombes de bain – 4X50gr
- Macérat huileux – 60ml

- Début mai – un panier tonique du printemps avec des produits pour le début de l'été

Format régulier :

- Répulsif à insectes Alchemia – 120ml
- Savon/shampoing - 150gr
- Onguent Poison Ivy – 115ml
- Inflammata - 60ml
- Déodorant – 60ml
- Tisane adaptée pour vous, rafraichissante et nourrissante comme la Pachamama– 30 gr
- Teinture-mère adaptée pour vous, pour allergies par exemple - 60 ml
- Miellat – 125ml

- Début août – un panier d'abondance des récoltes, pour nourrir le corps et se préparer au froid

Format régulier :

- Trio de sels aromatisés – 125ml X3
- Savon/shampoing - 150gr
- Onguent Hocus pokus – 115ml

- Tisane adaptée pour vous, reminéralisante et nourrissante comme la Reminéralisante– 30 gr
- Teinture-mère adaptée pour vous, pour l’insomnie par exemple - 60 ml
- Ail du jardin

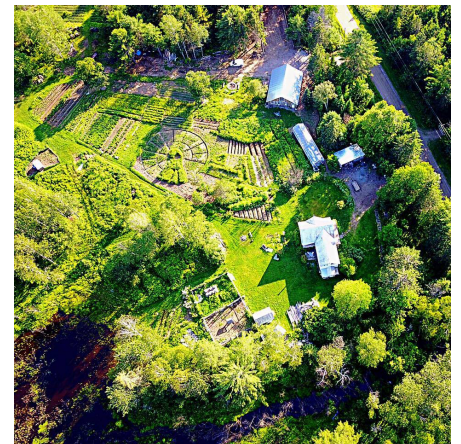
- Début novembre – un panier festif en vue des Fêtes qui s’en viennent mais aussi des maux qui viennent avec la saison froide.

Format régulier :

- Sirop sureau ou tonique digestif- 230ml
- Teinture-mère adaptée pour vous, tonique poumons par exemple - 60 ml
- Vaporisateur Nostalgie des Fêtes- 120ml
- Tisane adaptée pour vous, tisane digestive par exemple– 30 gr
- Bombes de bain – 4X50gr
- Savon/shampoing – 150gr
- Beurre Althaea – 115ml

En devenant membre vous achetez une part de la récolte de l’année au début de la saison, ce qui aide énormément vos fermiers de famille. Grâce à votre inscription à nos paniers ASC annuel, vous :

- Économisez de 315\$ à 500\$ sur vos achats
- Soutenez l’agriculture biologique de proximité
- Participez à la préservation et au développement d’une biodiversité locale
- Accéder à des ateliers et formations à rabais
- Obtenez un suivi personnalisé avec une herboriste pour l’année
- Restez équilibré et en bonne santé toute l’année
- Apprenez à utiliser les plantes médicinales dans votre quotidien
- Découvrez de nouveaux aliments



## Comment s’inscrire ?

- Les abonnements sont payables en totalité dès votre inscription, nous travaillons actuellement la fiche sur notre boutique en ligne qui sera disponible dans les prochains jours. D’ici là, vous pouvez simplement nous contacter par courriel pour prendre des arrangements.

Nous prenons les Etransfer à l’adresse suivante : [herboristerielafeedesbois@hotmail.com](mailto:herboristerielafeedesbois@hotmail.com)

- Dès la réception du paiement, nous vous enverrons le formulaire qui nous guidera dans la création de vos paniers sur mesure tout au long de l’année, afin de bien soutenir vos besoin en matière de santé. Le formulaire envoyé est un bilan de santé très complet pour me permettre de commencer la consultation. J’y inclurai aussi des questions sur vos préférence de produits, d’odeur, etc. qui m’aideront à bien sélectionner les meilleurs produits pour vous.



- La consultation gratuite inclut: la lecture et analyse de votre bilan de santé. Je vous contacterai suite à la lecture du bilan et avant de vous préparer le premier panier, pour confirmer que j'ai bien cibler et compris vos besoins. Je vous offre 1H d'accompagnement suite à la lecture du bilan. Selon le besoin, nous pouvons passer l'heure avant le premier envoi ou nous pouvons faire plusieurs courtes rencontres de 15-20 minutes durant l'année. Pour ceux qui veulent du temps additionnel de consultation, je vous l'offrirais à un forfait de 1\$/minute. Je prends un nombre très limité de clients pour consultation par année. Je me limiterais donc aux membres ASC.
- Nous vous enverrons votre premier panier dès que le bilan de santé sera complété et que nous aurons confirmé vos besoins via téléphone ou zoom.

Au plaisir de vous accompagner tout au long de l'année dans la prévention et le maintien d'une bonne santé, de vous faire découvrir le monde merveilleux des plantes médicinales et de l'agriculture régénératrice et de vous accueillir à la ferme pour vous partager notre passion !

**Mariane Desjardins Roy et toute l'équipe vous dit merci !**