

« Reconnaître, cueillir, et transformer les plantes comestibles »

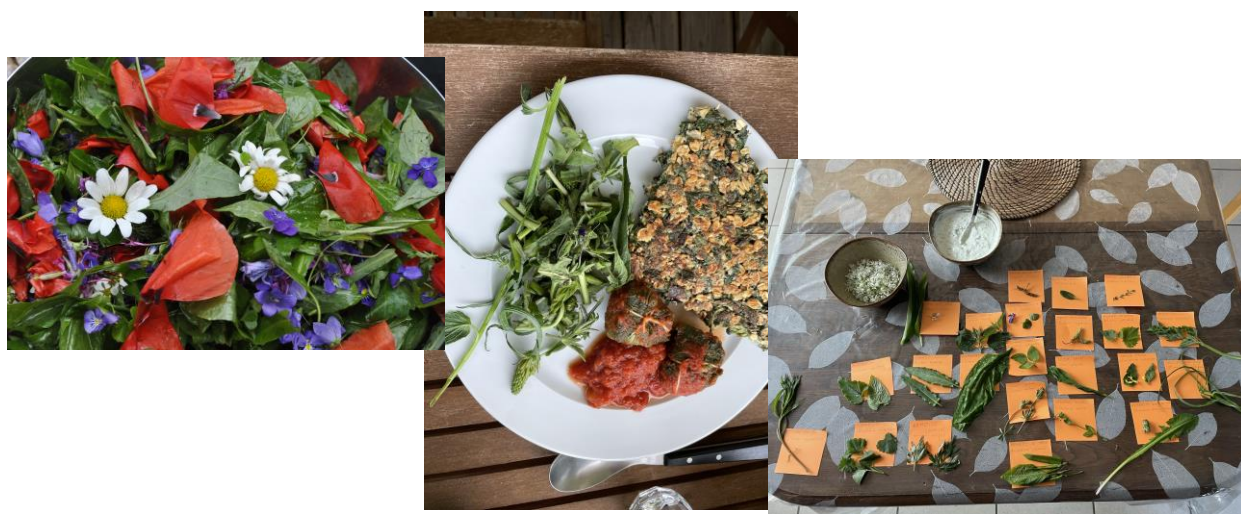
Du 25 au 26 Mai 2024



CLERMONT-DÔMES

En compagnie de Christophe Anglade, co-auteur du livre « Plantes comestibles, cueillettes et recettes des 4 saisons » (Ed Debaisieux), vous explorerez avec tous vos sens la richesse de ce patrimoine.

Cette formation vous apprendra à cuisiner des recettes simples mais savoureuses, à choisir les plantes adaptées à vos petits maux ou tout simplement, à vous émerveiller de la diversité du monde végétal !



Objectifs de la formation :

- S'initier à la botanique à travers la découverte des plantes comestibles
- Disposer de recettes de cuisine, adaptables et efficaces afin de gagner en autonomie
- Cueillir des plantes sans risque, et dans le respect des milieux
- Apprendre l'art de la cueillette : quelle partie de la plante, à quelle période, pour quel usage ?

Contenu et démarche envisagée :

Les 2 journées sont composées d'une alternance de temps en intérieur et en extérieur sur le terrain. Les temps en intérieur sont consacrés aux ateliers cuisines.

Les moments de repas partagés permettront de vérifier régulièrement la progression du groupe et d'adapter les séquences aux besoins des stagiaires.

Depuis la reconnaissance de la plante dans son milieu, jusqu'à son utilisation finale, toutes les étapes sont abordées : cueillette, nettoyage, séchage, transformation.

Public visé par cette formation :

Particuliers et professionnels

Animateurs, éducateurs, accompagnateur, personne en contact avec du public, parents.

Encadrement de la formation :

Christophe ANGLADE, co-auteur du livre « *Plantes comestibles, cueillettes et recettes des 4 saisons* » (Ed Debaisieux), accompagnateur en montagne et fondateur d'Aluna Voyages (structure spécialisée dans les séjours en pleine nature).

Lieu(x) de la formation :

Site de Theix (siège du CPIE Clermont-Dômes), commune de St Genès Champanelle et lieux de cueillettes proches. Afin d'optimiser la quantité de plantes à découvrir sur les différents lieux de cueillette, co-voiturage privilégié depuis le centre de formation.

« Reconnaître, cueillir, et transformer les plantes comestibles »	
Durée (volume horaire)	14 heures
Dates	25 et 26 Mai 2024
Horaires	TOTAL (14h) : J1 : 10h à midi / 14h à 21h – J2 : 9h à 14h (5h)
Matériels à prévoir par les participants	Carnet de notes Pour les sorties en extérieur : sac à dos, bonnes chaussures de marche, chapeau/casquette/lunette de soleil, vêtements de pluie, crème solaire, gourde, couteau (type opinel), gants de jardinier Si possible : 3 ou 4 sacs en papier + 1 sac en tissus porté en bandoulière.
Hébergement - restauration	<u>Restauration</u> sur place, au CPIE et/ou chez Christophe Anglade (formateur) J1 : Repas à la charge des participants (pique-nique / Repas du soir cuisiné chez le formateur) J2 : Repas élaboré en groupe à partir des cueillettes, au CPIE ou chez le formateur et compris dans le tarif <u>Hébergement</u> : non compris dans le coût de formation - nous contacter si besoin.

Tarif de la formation :

223 € par participant

Tarif réduit : 202 € pour les personnes qui ont adhéré au CPIE en 2023 et à jour de leur cotisation en 2024.

Contact renseignements :

Benoit FABRE – responsable pédagogique au CPIE Clermont Dômes
bfabre@cpie63.fr

Inscription à la formation :

Bulletin d'inscription à compléter et à nous retourner (par courrier ou version informatique)
Accompagné d'un acompte de 40 %

CPIE Clermont-Dômes

1 route des colonies – Theix 63122 ST GENES CHAMPANELLE

Tél : 04 73 87 35 21 Mail : contact@cpie63.fr

Inscription obligatoire avant le 3 mai 2024 / Nombre de places limité