

« Découverte et utilisation des plantes sauvages médicinales »



Du 29 et 30 Juin 2024

CLERMONT-DÔMES

Initiez-vous à la transformation des plantes médicinales et découvrez la pratique de la phytothérapie.

Claire Mison, praticienne en herboristerie traditionnelle, vous guidera sur le chemin des simples avec des sorties botaniques et des ateliers pratiques. Elle vous accompagnera dans la préparation de remèdes et dans la réalisation d'un savon saponifié à froid.

Cette formation vous aidera à choisir les plantes adaptées à vos petits maux, à comprendre les fondements de pratiques ancestrales, ou tout simplement, à vous émerveiller de la diversité du monde végétal et de ses usages !



Objectifs du stage :

- Connaître les fondamentaux de l'herboristerie traditionnelle et de la phytothérapie
- S'initier à la botanique en observant des plantes dans leur milieu sauvage
- Cueillir les 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 ?
- Disposer de formules de phytothérapie simples, adaptables et efficaces afin de gagner en autonomie

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 à la formation théorique et technique, entrecoupés d'ateliers de phytothérapie. Les remèdes seront élaborés en fonction de l'état d'avancement de la végétation aux dates de la formation.

Les moments de repas partagés permettront de vérifier 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, utilisation.

Publics visés par cette formation :

Educateurs environnement et développement durable, formateurs, accompagnateurs en montagne, individuels désireux de découvrir cette thématique, ces pratiques et de progresser sur le sujet.

Encadrement de la formation :

Claire MISON, herbaliste certifiée de l'Ecole Lyonnaise des Plantes Médicinales et ingénieur agro-alimentaire spécialisée en nutrition-santé.

Centre Permanent d'Initiatives pour l'Environnement Clermont-Dômes

Association CEPE, 1 rue des Colonies - Theix - 63122 ST GENES-CHAMPANELLE

N° SIRET : 431 785 187 000 11 - RNA : W632002299 – APE : 9499Z

Tél. 04 73 87 35 21 - e-mail : contact@cpie63.fr - www.cpie-clermont-domes.org

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 souhaité depuis le centre de formation.

« Découverte et utilisation des plantes sauvages médicinales »	
Durée (volume horaire)	14 heures
Dates	Du samedi 29 juin à 9 h jusqu'au dimanche 30 juin à 17 h 30.
Horaires	9 h-12 h 30 / 14 h-17 h 30
Matériels à prévoir par les participants	Couteau (type opinel) Gants de jardinier 2 bocaux en verre (150 à 200ml) Si possible : 3 ou 4 sacs en papier + 1 sac en tissu porté en bandoulière. Carnet de notes
Hébergement - restauration	<u>Restauration</u> sur place, au CPIE et/ou sur le terrain Pique-nique - possibilité de réchauffer sur place <u>Hébergement</u> : non compris dans le coût de formation - nous contacter si besoin

Tarif du stage :

Frais pédagogiques : **223 € par participant pour les 2 jours de formation** (les frais pour la préparation de produits, de 15 euros, sont compris dans le coût total).

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

Ce tarif comprend :

L'ensemble des frais pédagogiques et d'inscription, les frais pour les préparations réalisées pendant le stage, l'encadrement des 2 journées par une formatrice spécialisée en plantes sauvages médicinales, la mise à disposition de matériel pédagogique et de la documentation.

Contact renseignements :

Benoit FABRE – responsable pédagogique au CPIE Clermont Dômes

bfabre@cpie63.fr

Inscription :

Bulletin d'inscription à compléter et à nous retourner (par courrier ou version informatique)

Acompte de 89 € ou 80 € (40 %) à fournir au moment de l'inscription.

Inscription obligatoire avant le 25 mai 2024 / Nombre limité à 12 stagiaires



Centre Permanent d'Initiatives pour l'Environnement Clermont-Dômes

Association CEPE, 1 rue des Colonies - Theix - 63122 ST GENES-CHAMPANELLE

N° SIRET : 431 785 187 000 11 - RNA : W632002299 – APE : 9499Z

Tél. 04 73 87 35 21 - e-mail : contact@cpie63.fr - www.cpie-clermont-domes.org