

Formation aux plantes sauvages comestibles et médicinales

Cinq journées d'avril à octobre 2016 vous permettront d'approcher pas à pas ce monde complexe et riche en y mêlant approche sensorielle, imaginaire, ludique, connaissances de base (botanique, lexique d'herboristerie, principes actifs des plantes, galénique, historique, etc.), préparations culinaires et médicinales, balades et cueillettes, tout en vivant des moments de détente et d'échanges.

Pour qui ? Adultes de tous âges, de tous horizons. 15 participants maximum.

Quand ? Les 24 avril, 22 mai, 19 juin, 17 juillet et 23 octobre 2016

Combien ? Deux possibilités s'offrent à vous :

- Participation à la formation complète : 240 euros
- Participation « à la carte » : 55 euros/journée

Chaque participant recevra un syllabus à l'issue de chaque journée.

Animatrice/Formatrice : Marie Fripiat

Inscriptions : **CRIE de Villers-La-Ville**

Avenue Speeckaert, 24
1495 Villers-La-Ville
071 879 878
info@crievillers.be
www.crievillers.be



Membre du réseau des Centres Régionaux d'Initiation à l'Environnement (CRIE)

Ce réseau de 11 centres financés par la Wallonie a pour mission l'information et la sensibilisation aux problématiques environnementales et de Développement Durable



La nature nous veut du bien !

Les plantes sont compagnes de l'homme depuis la nuit des temps dans tous les domaines de sa vie quotidienne. Nous nous sommes éloignées d'elles depuis quelques décennies. Il n'est pas trop tard pour reconnecter avec ses savoirs ancestraux qui font partie de nos racines et nous offrent de nouvelles pistes d'autonomie. Nous vous proposons un voyage au fil des saisons dans l'univers des plantes sauvages pour apprendre à les re-connaître, et à les utiliser en cuisine et pour votre pharmacie familiale.



Au menu :

- > **Le 24 avril** Constitution de votre herbier « voyageur », balade-découverte et cueillette des plantes de printemps, recettes-types avec les plantes en cuisine, préparation de «tapas» à base de plantes cueillies, choix d'une plante compagne.
Horaires : de 9h30 à 17h
Lieu: CRIE de Villers-La-Ville
- > **Le 22 mai** Balade-cueillette de plantes, les plantes médicinales, préparation d'une pommade et d'un cérat, utilisation d'une clé de détermination simplifiée, temps avec sa plante compagne et partage en groupe.
Horaires : de 9h30 à 17h
Lieu: Réserve naturelle (Ardennes)
- > **Le 19 juin** Découverte des plantes de la Saint Jean, notions d'ethno-botanique, préparation d'un élixir de la Saint Jean, techniques et principes de séchage de plantes, dessins botaniques et artistiques des plantes à l'aide de peintures naturelles.
Horaires : de 9h30 à 17h
Lieu: CRIE de Villers-La-Ville
- > **Le 17 juillet** Balade-cueillette de plantes solaires millepertuis, calendula, etc. Principes, techniques et fabrication d'une teinture et d'une huile de macération solaire et d'un sirop de plantes, les principes actifs des plantes médicinales.
Horaires : de 9h30 à 17h
Lieu: Gîte de Natafée (Gerpennes)
- > **Le 23 octobre** Cueillette et découverte des plantes et fruits d'automne. visite du jardin des plantes médicinales de l'Abbaye. La théorie des tempéraments, découverte du personnage d'Hildegarde de Bingen. Préparation de recettes de conservation pour l'hiver (pestos, confitures, sels et gomaios aux herbes, vinaigres aux fruits et sirops aux plantes, etc.).
Horaires : de 9h30 à 17h
Lieu: CRIE de Villers-La-Ville

