

Les plantes sauvages dans votre assiette:

DATES 2011- journées de 9H 30 à 17h

Parc des Volcans d'Auvergne

Samedi 19 mars, 9 avril, 14 mai, 18 juillet, 3 septembre,
et 22 octobre.

Mercredi 8 et 29 juin, 10 août et 28 septembre

RDV de départ à Nadaillat - commune de St Genès Champanelle (63).

Destination plaine ou montagne suivant la météo du jour et l'avancée de la végétation.

Région des Combrailles -Auvergne-

Les Samedi 26 mars, 16 avril, 7 mai, 18 juin, 16 juillet, 24 septembre et 15 octobre.

RDV Les Eydieux - commune de St Angel (63).

Journée prévue sur l'écosite de la Palfichade -

Vallée de Chaudefour- (63): samedi 20 août

Et ailleurs sur demande du 15 mars au 25 octobre.

N'oubliez pas de réserver à l'avance.

Tarifs: 50 € repas compris + remède simple à emporter.

Réduction 25% pour étudiants et précaires ou échange.

Nombre de participants limité à 12 personnes



Flleurs de campanules sur Chapatis
aux herbes



SARL ARCA3 - SIRET 483 496 105 00022 -

www.arquad.com

N° d'organisme de formation : 24 36 00687 36



ETHNOBOTANIQUE

Guy Lalière

16 Rue des Plats 63000 CLERMONT FERRAND

Téléphone : 04 73 26 13 41

Mobile: 06 22 86 60 35

Messagerie : guy.laliere@neuf.fr

Site Internet: <http://www.guylaliere.com>

ETHNOBOTANIQUE

Découverte, cueillette et utilisation des plantes sauvages comestibles et médicinales



**POUR VOTRE SANTÉ
ET VOTRE AUTONOMIE
ALIMENTAIRE**

**Découvrez combien la
Nature est généreuse!**

L'animateur formateur:



GUY, BOTANISTE GOURMAND ET NATUROPATHE EN CONSTANTE RECHERCHE D'UN MODE DE VIE EN HARMONIE AVEC LA NATURE VOUS APPRENDRA À RECONNAÎTRE ET À CUEILLIR AVEC RESPECT LES PLANTES SAUVAGES COMESTIBLES OU/ET MÉDICINALES.

VOUS LES PRÉPAREREZ ENSEMBLE ET LES CUISINEREZ SUR UN FEU DE CAMP, DANS LA CONVIVIALITE.

TOUIT UN MONDE DE SAVEURS QUE VOUS POURREZ RETROUVER CHEZ VOUS... POUR LE PLAISIR, VOTRE SANTÉ ET VOTRE AUTONOMIE ALIMENTAIRE.

« MA GRAND-MÈRE M'A INITIÉ AUX PLANTES SAUVAGES, ELLE DISAIT SOUVENT : « N'IO RE DE POSA QUE NE TORNO », CE QUI VOULAIT DIRE : « IL N'Y A RIEN DE PASSÉ QUI NE REVIENNE ». AUJOURD'HUI NOS CONTEMPORAINS CHERCHENT À REDÉCOUVRIR LES SAVOIRS ANCESTRAUX, MON SOUHAIT EST DE LES ACCOMPAGNER DANS CE RÉ - APPRENTISSAGE. »

Programme:

♣ Découverte des plantes sauvages suivant leur milieu. ♣ Technique de reconnaissance avec des moyens simples d'identification basés sur nos 5 sens. ♣ Cueillette parcimonieuse de nos trouvailles. ♣ Préparation et cuisine de la cueillette : confection de galettes aux herbes, de salades, de beignets, soupes, desserts... ♣ Infusions digestives et révision approfondie des plantes rencontrées avec support dessin ou retour sur le terrain. ♣ Préparation de remèdes simples avec les plantes de la saison.

Stages de 2 à 7 jours en 2011:

Sur un weekend ou plusieurs jours, dans un gîte, en chambres d'hôtes, en bivouac autour d'une yourte ou en itinérance avec **Gervais Martin** accompagnateur en montagne et ses ânes de bât, je vous propose sur toute la France, de découvrir les plantes sauvages du lieu, de cuisiner les comestibles et de préparer quelques remèdes simples à partir des plantes médicinales rencontrées.

Dans la convivialité, une manière d'approfondir davantage sur les richesses que la Nature nous apporte.

Parc des Volcans d'Auvergne :

en itinérance avec les ânes: du 2 au 4 juin (Pays des Couzes) et du 4 au 8 juillet (Tour du Cantal)

autour de la yourte à 1100 m:

du 10 au 14 juillet, du 30 juillet au 4 août et du 13 au 15 août.

autour de la yourte à 800 m : du 11 au 13 juin (Pentecôte) et we des 10 et 11 septembre.



La Porcelle enracinée (*Hypochaeris radicata*), le goût unique du Pissenlit bâtard de ma Grand-mère...

***Esprits de la nature et plantes sauvages** autour de la yourte avec **Jérôme Prampolini** (06 26 26 20 26): **du 22 au 28 juillet**. Pour ce stage prévoir frais nourriture en +.

***Deux jours en autonomie avec Jean-François Labat** (06 08 85 44 71): **apprendre à se nourrir, s'orienter, s'abriter: We des 21 et 22 mai** (Lieu suivant météo)

We en Combrailles ou Pays coupés (63):

En chambres d'hôtes ou camping. Pour réserver les nuitées vous pouvez contacter Marie-Claire Mercier (04 73 86 91 95) www.leseydieux.com : **We des 6 et 7 août**

ou Chantal Favre (04 73 69 75 05) <http://rueducouvert.over-blog.com> **We des 28 et 29 mai** et **we des 8 et 9 octobre**.

Tarif stages à partir de 2 jours: 80 € par jour, comprenant **3 repas par jour** issus de plantes sauvages et **d'ingrédients de l'agriculture biologique ou d'un mode de production respectueux de l'environnement**. Documentation et remèdes à emporter. Echange ou réductions possibles pour précaires.

A part pour les séjours autour de la yourte ou en itinérance avec les ânes pour lesquels vous passez les nuitées dans vos tentes, l'hébergement en chambre d'hôtes ou camping est en supplément.

Stages à la carte:

N'hésitez pas à me proposer un lieu pour organiser conjointement un stage sur 2 jours ou davantage et découvrez les plantes qui poussent autour de chez vous.

D'autre part des **expertises et inventaires botaniques** pour savoir ce qui pousse sur votre lieu de vie sont possibles, contactez moi.

ETHNOBOTANIQUE

Guy Lalière

Naturopathe, spécialiste des plantes sauvages comestibles et médicinales

16 Rue des Plats 63000 CLERMONT FERRAND

Téléphone : 04 73 26 13 41

Mobile: 06 22 86 60 35

Messagerie : guy.laliere@neuf.fr

Site Internet: <http://www.guylaliere.com>