

Week-end découverte des plantes sauvages et de leurs utilisations- En Auvergne Du 25 au 26 juillet 2020

Un week-end pour se reconnecter à la nature, reconnaître les plantes sauvages au hasard de leur rencontre, gagner en autonomie en apprenant à utiliser ces plantes sans dangers, échanger autour des savoirs ancestraux de l'herboristerie et prendre un temps pour soi.

Nous serons accueilli à la Montagne d'Ance, un lieu enchanteur en pleine nature, face au Massif du Sancy.

Pendant ce week-end, vous serez guidé par :

Séverine

° Paysanne-herboriste et cueilleuse, productrice et transformatrice de plantes aromatiques et médicinales

° Formée à la phytothérapie, l'aromathérapie, la naturopathie

° Animatrice d'atelier sur la transmission autour des savoirs des plantes, l'autonomie et le faire soi-même

<http://fermehortelie.fr/>

Comment se déroule le week-end ?

Vous êtes attendu le vendredi 24 juillet entre 18h et 20h à La Montagne d'Ance. Nous partagerons un pique-nique, façon auberge espagnole.

Samedi 25 juillet 2020

8h - Petit déjeuner

9h – Balade

Départ pour la balade à la découverte des plantes sauvages et leurs utilisations : médicinales, cosmétiques, tinctoriales, vanneries...

Nous profiterons de cette balade pour faire une petite cueillette qui nous servira à l'atelier herboristerie de l'après-midi ainsi qu'à agrémenter notre déjeuner.

12h à 14h30 Déjeuner

14h30 à 17h30 Herboristerie familiale

Nous aborderons :

- Comment récolter les plantes, les faire sécher, les stocker
- Comment faire une infusion et une décoction
- Les teintures-mères, les teintures de gemmothérapie
- Les gélules, comprimés et autres préparations de plantes
- Les baumes
- Les hydrolats
- Les huiles essentielles
- Les macérations vinaigrée, huileuses, hydro-glycériné...
- La posologie, les précautions d'utilisations de toutes ces préparations, la conservation...
- Nous réaliserons une macération et un baume à ramener à la maison.

17h : Temps libre

Pour découvrir le lieu, vous balader, vous reposer....

19h : Dîner

Dimanche 26 juillet 2020

8h – petit déjeuner

9h – Départ pour une seconde balade, dans un milieu naturel différent. Nous irons à la rencontre des plantes et des arbres pour découvrir leurs propriétés.

12h30 – Déjeuner

14h – Initiation à la vannerie

Nous réaliserons de petits objets simples en vannerie et nous découvrirons plusieurs points de vannerie.

Le lieu d'accueil

Nous serons accueilli à La Montagne d'Ance – 63680 Chastreix. Deux types d'hébergement vous est proposé : en chambre d'hôte (6 places) ou en camping. La Montagne d'Ance est situé en pleine nature, juste en face du massif du Sancy.

Tarif

Tarif : 180 € en chambre d'hôte ou 160€ en camping – en pension complète.

Attention, il n'y a que 6 places en chambre d'hôte, merci de me prévenir de votre choix d'hébergement au moment de votre inscription.

Le tarif comprend :

- L'encadrement pédagogique
- Le matériel pour les ateliers du week-end
- L'hébergement
- Les repas du samedi et du dimanche midi (petit-déjeuner compris)
- Le matériel nécessaire à la réalisation des ateliers

Les repas sont réalisés par La Montagne d'Ance.

Informations pratiques

Le week-end débute le vendredi 24 juillet 2020 entre 18h et 20h.

Le week-end se termine le dimanche entre 16h et 17h.

Une proposition de co-voiturage sera mis en place quelques jours avant le week-end.

A prévoir

- Le repas du vendredi soir en auberge espagnole
- Des chaussures et vêtements adaptés à la marche.
- Vos draps pour l'hébergement et vos serviettes de bain
- Un carnet de note, stylo (un herbier pour ceux qui veulent en réaliser un)
- Un sac pour les cueillettes (type tote bag ou sac en kraft), une paire de ciseau ou de sécateur
- 2 pots de confiture d'une contenance maximum de 120 ml pour les ateliers.

Les places sont limitées. Réservation obligatoire.

Pour réserver, merci de compléter le bulletin d'inscription ci-joint et de le renvoyer accompagné des arrhes. Modalités d'inscriptions et informations dans le bulletin d'inscription.

Contacts et renseignements

Séverine Bosq

Ferme d'Hortélie

Tel. 06.33.88.65.43

fermehortelie@gmail.com