

Immersion nature

Plantes sauvages – Cueillette – Pistage - Immersion

En Dordogne, du 10 au 12 juin 2022

Retrouver ses racines, se connecter à la terre et découvrir les bienfaits de la forêt.

Le séjour sera ponctué de balades à la rencontre de l'arbre et des plantes; d'observations de la faune sauvage à travers une session de d'initiation au pistage; de la vie du camps, d'ateliers et d'exercices.

Parmi les propositions du week-end :

- Immersion nature
- Rencontre des arbres et plantes de la forêt, leurs propriétés et utilisations au quotidien
- Découverte de la sylvothérapie et des bains de forêt
- Initiation au pistage - identifier les traces de vie de la faune sauvage en milieu forestier
- Soirée contée au coin du feu
- Cueillette sauvage et préparation d'un repas « sauvage » issu de nos cueillettes

En fonction de la météo, le programme peut légèrement changer.

Réservé aux adultes (ado à partir de 16 ans)

Au fil du week-end vous serez guidées par :

Séverine

° Paysanne-herboriste et cueilleuse, transformation de plantes aromatiques et médicinales.

° Formée à l'herboristerie, la phytothérapie, l'aromathérapie, la naturopathie, la sylvothérapie.

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

Julien

Julien sera en charge de la logistique du camp et vous transmettra ses connaissances en gestion du campement.

Francis

De l'association « **Je suis la piste** » vous proposera une initiation au pistage. Vous découvrirez les traces de la vie sauvage de la forêt.

[Je Suis La Piste](#)

Laura

° Animatrice de cercles de femmes

° Formé aux ateliers artistique, aux contes, au vivant

° Facilitatrice à l'éveil du corps par l'expression corporelle, artistique et non verbale

→ Pendant ce week-end, Laura vous proposera une soirée contée au coin du feu.

Le lieu d'accueil

Vous serez accueilli à la Ferme du Grand Cros en Dordogne, un lieu isolé et sauvage en pleine nature.

Immersion oblige, l'hébergement se fera en camping pour ce séjour. Nous installerons un camps dans une clairière entouré de forêt. Accès à la douche et aux sanitaires (pour ceux qui le souhaite).

Organisation

Vous êtes attendus dès le vendredi 10 juin à **16h**. Nous installerons le campement, vous prendrez possession des lieux et nous organiserons le feu pour la soirée (en fonction de la météo).

La pension complète est prise en charge dès le vendredi soir et jusqu'au dimanche à midi.
Le week-end se terminera dimanche 12 juin vers 16h.

Pendant ce week-end, nous vous demandons de déposer vos téléphones portables au début du stage afin que vous soyez totalement déconnecter de votre quotidien et que vous retrouviez votre rythme naturel. Appareil photo autorisé.

Un fichier de co-voiturage vous sera remis la semaine avant le début du stage afin que vous puissiez vous organiser.

La ferme est située à 1h30 de Bordeaux.

La gare la plus proche est celle de Milhac d'Auberoche. Il est possible de venir vous chercher à la gare.

TARIF

Le tarif est de 295€/personne.

Il inclut : la prestation des 4 intervenants, le matériel nécessaire aux ateliers ainsi que la pension complète pendant le week-end.

À prévoir

- Votre matériel de camping ; tente ou hamac ou nuit à la belle étoile si vous le souhaitez.
- Lampe torche
- 2 ou 3 pots en verre, vide (type confiture, miel ou cosmétique) pour les ateliers.
- Un foulard (ou autre textile) pour vous bander les yeux
- Un carnet de note, stylo.
- Un cahier d'herbier pour ceux qui souhaite en faire un (facultatif)
- Des vêtements et chaussures **fermés** adaptés à la marche et à la météo.
- Un sécateur ou ciseau, un sac en coton (tote bag) ou un sachet kraft pour les cueillettes.

Renseignements

Pour toute demande de renseignements complémentaires, vous pouvez me contacter.
Séverine - La Ferme d'Hortélie au 06.33.88.65.43 ou fermehortelie@gmail.com