

Les plantes sauvages dans votre assiette:

DATES 2010- journées de 9H 30 à 17h

Parc des Volcans d'Auvergne

Samedi 21 mars, 17 avril, mercredi 19 mai, 16 juin,

Samedi 26 juin, mercredi 18 juillet, jeudi 19 août

Dimanche 5 septembre, mercredi 6 octobre

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 27 mars, 10 avril, 29 mai, 18 septembre et 2 octobre.

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

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.

Nombre limité à 12 personnes



Fleurs 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

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.lalier@neuf.fr

Site Internet: <http://www.guylalier.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 CONVIVIALITÉ.

TOUT 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 REVIENT ». 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:

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 22 au 24 mai et du 4 au 7 juillet:

autour de la yourte à 1100 m:

du 11 au 16 juillet et du 1er au 5 août

autour de la yourte à 800 m : du 12 au 13 juin et du 11 au 12 septembre



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

NOUVEAUTES 2010 à la yourte:

* **Esprits de la nature, Feng Shui et plantes sauvages** avec **Jérôme Prampolini**:

niveau 1: du 22 au 28 juillet; niveau 2: du 11 au 17 août

* **Ayurveda et plantes sauvages** avec **Charles Baechtold** : du 4 au 8 juin et du 21 au 25 août

Pour ces 2 stages* prévoir frais nourriture en +

Région des Combrailles -Auvergne :

En camping ou chambres d'hôtes. Pour réserver les nuitées vous pouvez contacter Marie-Claire au 04 73 86 91 95. Site internet: www.leseydieux.com

w.e. du 7 et 8 août

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. 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'hôte 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>