



GUY, BOTANISTE GOURMAND ET NATUROPATHE, FORMATEUR , CO-AUTEUR DU LIVRE « PLANTES COMESTIBLES, CUEILLETTE ET RECETTES DES 4 SAISONS »*, 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 OU DANS UN LOCAL, EN TOUTE CONVIVIALITE. 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. »

* LIVRE PARU EN JUILLET 2012 AUX EDITIONS DEBASSEUX



Guy Lalière
4 Lotissement des Grottes 63500 PERRIER
Téléphone mobile: 06 22 86 60 35
Messagerie : guy.lalier@gmail.com
Site Internet : <http://www.guylalier.com>
N° SIRET : 523 185 338 00028

Programme 2024

*Découverte,
cueillette et utilisation
des plantes sauvages
comestibles et médicinales*



guy lalière
botaniste & naturopathe

*Pour votre santé et votre
autonomie alimentaire*

PROGRAMME GENERAL:

- ♣ 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 5 jours en 2024

Sur un week-end ou plusieurs jours, dans un gîte, en chambres d'hôtes, en bivouac, autour d'un tipi 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 offre.

Week-end spécial gastronomie sauvage à Jussat (63) : **les 27 et 28 avril** : chez et avec Caroline de Reines des bois : 200 € les 2 j . hébergement non compris. Avec Adeline Dupéchat, cheffe cuisine bio-végétarienne

Séjour en Bretagne : Belle-Île-en-Mer (56) : **9 et 10 mai** : exploration de l'île et de ses différents milieux de cueillette : 200 € hors hébergement ; tous repas compris du déjeuner du 1er jour au déjeuner du 2e jour.

Week-end en Pays coupés à Veyre-Monton (63) En chambres d'hôtes. **WE des 25 et 26 mai & WE des 28 et 29 septembre**. 2 j :200 € le we hors hébergement
Réservation auprès de Philippe au 0782709929
<http://rueducouvert.over-blog.com>

Week-end sur la Côte d'Opale : à Réty (62) **1er et 2 juin** : Cueillette entre Terre et Mer avec l'Association Saveurs Flore et Sens. 200 € repas compris hors hébergement . Contacter Lucille Vallet au 0682030626

Stage en Savoie : Beaufortain -Beaufort (73)

12 et 13 juin : 200 € les 2 jours hors hébergement.
Réservation par mail à : info@reinesdessimples.fr
Pour plus d'infos contactez Géraldine Michel au 0671737570

Séjours dans le Parc des Volcans d'Auvergne :

Pour la découverte et l' utilisation des plantes sauvages comestibles et médicinales :

- en itinérance avec les ânes :

du 18 au 20 mai Pays des Couzes (63) 3 jours en bivouac : 300 €

du 21 au 25 juillet Tour du Cantal (15) 5 jours en bivouac :500 €

- **autour du tipi à 1200 m (63): du 7 au 11 juillet et du 4 au 8 août** : 5 jours pour la découverte et l'utilisation des plantes sauvages comestibles et médicinales, en camp fixe en pleine nature : 500 €

Les tarifs à partir de 2 jours sont à 100 € la journée comprennent **2 ou 3 repas par jour** issus de plantes sauvages et **d'ingrédients de l'agriculture biologique ou d'un mode de production respectueux de la planète**. Remèdes à emporter.

A part pour les séjours autour de la yourte, du tipi, ou en itinérance avec les ânes pour lesquels vous passez les nuitées dans vos tentes, l'hébergement en chambre d'hôtes ou en gîte est en supplément sauf si précisé « hébergement compris »

Stages à la carte, bons cadeaux :

Dans toute la France, 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

Offrez vous ou offrez à vos ami(e)s, famille, une journée ou plusieurs jours à la découverte des plantes sauvages, la Nature vous le rendra !

Journées de 9H30 à 17H en 2024 :

Parc des Volcans d'Auvergne et alentours

Bords de rivière : Perrier (63) 450 m : 10 mars, 14 avril, 1er mai, 22 septembre et 19 octobre, **Ardes/Couze (63) 500 m**: le 7 avril

Nadaillat - St Genès Champanelle (63) 900 m : 29 mai, 31 août

Auberge du Lac Servières* 1100 m - Orcival (63) : 28 juillet, 7 septembre

Ecosite de La Palfichade 1100 m - Vallée de Chaudefour Chambon sur Lac (63) : 30 juin, 11 août

La Buvette du Sancy à Mareuge *(63) 1000 m: 14 juillet

Région des Combrailles : 23 mars, 21 avril, 22 mai, 19 septembre. **RDV** : Les Eydieux - **St Angel (63) 600 m**
www.leseydieux.com

Parc du Livradois-Forez : Montagne thiernoise : **Saint-Rémy-sur-Durolle (63) 600 m**: 9 juin, 15 septembre.

Et ailleurs sur demande du 1er mars au 15 novembre.

Tarif pour une journée : 80 € avec repas de midi compris et remède simple à emporter.

*Participation aux frais : 5 € en + pour bénéficier des commodités du gîte du Lac Servières : www.gitedulacservieres.com ou de la buvette du Sancy à Mareuges.

Réduction 20% pour étudiants et précaires ou échange.
Nombre de participants limité à 12, minimum 6 personnes par atelier.

Nouveauté 2024 avec Aluna Voyages : Champignons et plantes comestibles d'automne : du 11 au 13 octobre : La Cassière, Aydat (63) : 485 € repas et hébergement

compris : <http://www.aluna-voyages.com/fr/voyage/106/champignons-et-plantes-comestibles-dautomnegitedulacservieres.com>

<http://www.guylaliere.com>

Contact : guy.laliere@gmail.com

Tel : 0622866035