



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 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. »

* LIVRE PARU EN JUILLET 2012 AUX EDITIONS DEBAISIEUX



Guy Lalière

4 Lotissement des Grottes 63500 PERRIER

Téléphone mobile: 06 22 86 60 35

Messagerie : guy.laliere@gmail.com

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

N° SIRET : 523 185 338 00028

Programme 2026

Découverte,
cueillette et utilisation
des plantes sauvages
comestibles et
médicinales



guy lalière
botaniste & naturopathe

*Pour votre santé et votre
autonomie alimentaire*

PROGRAMME GÉNÉRAL

- ♣ 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 2026

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 en Haute-Loire, Gorges de l'Allier à Villeneuve d'Allier (43) 450 m **WE des 18 et 19 avril**: 200 € hors hébergement. Pour réserver une chambre d'hôtes à l'Hôtel de la Poste, contacter Valentin au 07.83.37.48.38

Week-end en Haut-Livradois à Fournols (63) 1000 m **WE des 30 et 31 mai** en chambres d'hôtes ou gîte : 200 € le we.
Plusieurs hébergements possibles, me contacter.

Week-end en Pays coupés à Veyre-Monton (63) En chambres d'hôtes : Le Couvent. **WE des 26 et 27 septembre**. 200 € le we hors hébergement
Réservations auprès de Philippe au 07.82.70.99.29
<https://lecouvent63.fr/>

Week-end en Chaîne des Puys : Vernines (63) **les 27 et 28 juin**. 200 €. Pour l'hébergement, contactez le Centre de Remise en Joie au 06.21.39.72.24.
www.chaletananda.fr

Séjours dans le Parc des Volcans d'Auvergne :

Pour la découverte, la cueillette et l'utilisation des plantes sauvages comestibles et médicinales :
- **en itinérance avec les ânes** :
du 8 au 10 mai Pays des Couzes (63) 3 jours en bivouac : 300 €
du 19 au 23 juillet Tour du Cantal (15) 5 jours en bivouac : 500 €
- **autour du tipi à 1200 m (63): du 5 au 9 juillet et du 2 au 6 août** : 5 jours pour la découverte et l'utilisation des plantes sauvages comestibles et médicinales, en camp fixe en pleine nature : 500 €

Week-end Champignons et plantes comestibles

d'automne : à Orcival (63) **du 16 au 18 octobre** avec l'Agence Aluna Voyages : 510 € hébergement compris à l'Auberge Le Cantou, Orcival. Pour réserver ce séjour, contacter Aluna voyages au 06.78.40.36.79
<https://www.aluna-voyages.com/fr/voyage/106/champignons-et-plantes-comestibles-dautomne>

***Les tarifs à partir de 2 jours sont à 100 € la journée** comprenant **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 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, expertises, bons cadeaux :

Dans toute la France, je vous invite à me proposer un lieu pour organiser conjointement un stage sur 2 jours ou davantage, découvrez alors et utilisez les plantes qui poussent autour de chez vous !
D'autre part je vous propose des expertises et inventaires botaniques pour savoir ce qui pousse sur votre lieu de vie, sur devis, 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 2026 :

Parc des Volcans d'Auvergne et alentours

Bords de rivière :

- **Perrier (63) 450 m** : 25 janvier 2026, 21 février, 21 mars, 1^{er} mai, 23 sept., 24 oct., 15 nov, 13 décembre
- **Ardes sur Couze (63)** : La rivière l'Evêque **500 m** : 15 avril

Nadaillat - St Genès Champanelle (63) 900 m : 27 mai, 12 septembre, 11 octobre

Auberge du Lac Servières* 1100 m - Orcival (63) : 12 juillet, 9 août

Ecosite de La Palfichade 1100 m - Vallée de Chaudefour Chambon sur Lac (63) : 27 juillet

Région des Combrailles : 28 mars, 6 mai, 9 septembre, 3 octobre. **RDV** : Les Eydieux - **St Angel (63) 600 m**
www.leseydieux.com

Parc du Livradois-Forez :

Livradois :

• **Brenat (63)** Chateau de Treydieu **380 m** : 11 avril

• **Ravel (63)** Les Bois de Ravel **350 m** : 26 avril

Haut-Livradois : Fournols (63) 1000 m : 15 juin

Montagne thiernoise : Saint- Rémy-sur-Durolle (63) 650 m : 7 juin, 19 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.gitedulacservierves.com, du château de Treydieu et de www.les-bois-de-ravel.com

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

<http://www.guylalriere.com>

Contact : guy.lalriere@gmail.com

Tel : 06.22.86.60.35