

*On est souvent loin d'imaginer toute la diversité de plantes sauvages, aromatiques, médicinales ou comestibles, présente sur son terrain ! Ce cycle de formations vous permettra de mieux connaître votre environnement, son potentiel de culture et de cueillette,*

*les bienfaits des plantes sauvages, mais aussi d'imaginer des animations à la ferme ou encore une activité de transformation !  
La formation alterne théorie et pratique au travers des sorties terrain et travaux pratiques, qui se feront grâce*

*aux plantes récoltées.*

*L'ensemble de ce cycle de 6 formations est animé par **Florence FAURE-BRAC**, botaniste spécialisée en plantes sauvages (Lo Gafaròt - Herborisations gourmandes).*

## **D8** • **Reconnaître et utiliser les plantes sauvages comestibles et médicinales de son exploitation**

**Durée** 4 jours

**DATES** **13 et 14 Mars**  
**19 et 20 Avril**  
**2023**

**Lieux** chez les stagiaires  
et en salle



**Objectifs** • S'approprier des méthodes de détermination des plantes sauvages dans leur milieu et des méthodes de vérification (comestibilité, propriétés médicinales).

- Connaître les règles de cueillette.
- S'initier à l'utilisation des plantes sauvages dans le respect de la réglementation en vigueur.

### **Programme**

- **Sorties terrain** : Lecture du paysage, éléments de botanique, observation et description des différentes espèces, potentiel de cueillette du site, règles de cueillette
- **Outils de détermination et de vérification des plantes**
- **Travaux pratiques** : préparations à froid (séchage, macérations dans l'eau, l'huile, le vinaigre) pour plantes médicinales, et diverses recettes de cuisine, en fonction de la cueillette !

Inscrivez-vous page 4 - **Contact : Stéphanie HOSFORD - 06 33 29 91 44 - hosford@civamgard.fr**