



Association d'éducation à l'environnement

# L'Ortie

Lasserre du Moulin  
11260 St Jean de Paracol  
Tel : 06 28 06 96 36  
lortie.contact@orange.fr

N° Siret : 421 152 414 000 31  
N° de formateur : 91 11 011 49 11  
www.lortie.asso.fr

## Programme de formation

**Titre de la formation :**

**Les bases de la gemmothérapie, fabrication et utilisation des macérats de bourgeons**

**Pré-requis : aucun**

**Public visé : toute personne intéressée par le sujet**

**Moyens d'encadrement: Ioana Gontier**

**Dates : samedi 15 mars 2025    Durée : 7h**

**Lieu : Val du Faby 11260**

**Objectif général :**

Découverte de la gemmothérapie.

Se familiariser avec l'utilisation de quelques bourgeons.

Savoir reconnaître sur le terrain quelques arbres utilisés en gemmothérapie.

Transformer le résultat d'une cueillette en macérat.

**Évaluation de la satisfaction :** Questionnaire de satisfaction et bilan oral

**Contenus :** Introduction à la méthode.

Les principaux bourgeons utilisés en gemmothérapie.

Sensibilisation aux bonnes pratiques de la cueillette.

Récolter et réaliser un macérat de bourgeons ou de jeunes pousses.

**Méthodes pédagogiques :** Théorie en salle, sortie identification des arbres et cueillette, mise en pratique pour transformation.

**Une attestation et un support de formation seront remis aux stagiaires.**

**Déroulé :**

**Matin :** Accueil en salle, puis introduction à la gemmothérapie (histoire, utilisation, indications).  
Notions de botanique : qu'est-ce qu'un bourgeon ?  
Études de quelques bourgeons majeurs.  
Les différentes façons de préparer un macérat.

**Après-midi :** Sortie sur le terrain identification d'arbres à la sortie de l'hiver.  
Cueillette respectueuse et consciente de bourgeons ou jeunes pousses.  
Réalisation d'un macérat, filtration d'un macérat réalisé antérieurement.  
Tour de table et bilan.

**Programme établi par Moutsie Claisse et Ioana Gontier, formatrices pour L'Ortie**

**Tarif :** prix libre à partir de 55€ suivant vos possibilités + adhésion annuelle à l'association à prix libre  
Repas tiré du sac, partagé façon auberge espagnole

**Inscription et informations :** ioana@lortie.asso.fr ou 06 99 53 71 24

**Toute inscription fait l'objet d'une confirmation écrite.**

*En situation de handicap ? N'hésitez pas à contacter la responsable de stage pour préparer votre accueil si possible.*

**Responsable de stage :** Susanne Keyl : 0628069636 ou lortie.contact@orange.fr