

Stages de trois ou quatre jours

Débutant stage de 3 jours : 19 - 21 avril
stage de 4 jours : 1er - 4 mai
Perfectionnement (4 jours) : 8 - 11 mai

à St Jean de Paracol près de Limoux (dans la haute vallée de l'Aude)

**Reconnaître les plantes sauvages
alimentaires et médicinales
et découvrir leurs principales utilisations**

Animé par **Moutsie**



- Introduction à la botanique et à l'écologie
- Reconnaissance des espèces sur le terrain
- Utilisations diverses des plantes médicinales
- Récolte des plantes sauvages comestibles
 - qui sont cuisinées pour les repas
- Confection d'un herbier

Pour tout renseignement et inscription :

L'Ortie

Lasserre du moulin 11260 St Jean de Paracol

Tél/Fax : 04 68 20 36 09

lortie@wanadoo.fr <http://www.lortie.asso.fr>

Informations complémentaires concernant le stage

Lieu du stage

Vous êtes accueilli(e)s chez Moutsie. Les parties théoriques ont lieu sur place, les sorties sur le terrain dans les environs.

Un plan d'accès détaillé est envoyé, une semaine avant le début du stage.

Saint Jean de Paracol est à 30 km au sud de Limoux, dans la haute vallée de l'Aude.

Repas et hébergement

Les repas sont organisés en autogestion.

Les ingrédients de base nécessaire pour les quatre jours sont bios, achetés avant afin de faciliter l'organisation et la préparation des repas. (2,50€ par repas). Chacun(e) amènera ses spécialités et les petits plus (fruits, fruits secs, biscuits, fromage, chocolat, vin, etc...)

Un hébergement sur place est possible mais seulement en option camping ou dortoir (6€ la nuit). Un gîte est disponible à 3 km (à réserver au: 04 68 74 13 90).

Déroulement du stage

- 1^{er} jour : accueil
- L'après-midi et les trois journées suivantes sont organisées en fonction de la météo. Tous les jours, nous irons sur le terrain et ferons un peu de théorie (approche botanique et usages des plantes). Pendant les sorties, nous ramassons des plantes pour les repas, les herbiers, les tisanes à ramener à la maison, une macération...
- L'horaire de fin de journée n'est pas défini, les journées sont bien intenses !
- Dernier jour : le stage se termine vers 17h.

Matériel nécessaire

- les personnes désirant faire un herbier amènent des revues de papier non glacé (pour le terrain), ainsi qu'un annuaire pour le séchage des plantes.
- Des poches papier ou tissu pour ramasser les plantes.
- Une loupe de botaniste (x10) est utile, mais pas indispensable.
- Les flores ou livres d'identification pour aller plus loin dans vos recherches. (Une importante documentation est mise à votre disposition)
- Pour les personnes en hébergement, draps et serviettes ne sont pas fournis.

Modalité de règlement

Les frais pédagogiques sont de 120€ pour 3 jours et 160 € pour 4 jours.

85 € d'arrhes sont réglés à **L'Ortie** lors de l'inscription. Le chèque ne sera pas encaissé avant le début du stage. Elles sont non remboursables si le désistement se fait au plus tard une semaine avant le stage, sauf si la place est rapidement remplacée. Sinon, la somme de 50 € sera reversée (sauf pour les stages avec prise en charge).

Nos formations sont éligibles à la formation professionnelle (20€/h)

Les personnes ayant des difficultés financières peuvent nous contacter : Un troc ou un coup de main sont envisageables. A négocier...