

STAGES 2016

Débutant (2j) : 23 – 24 avril

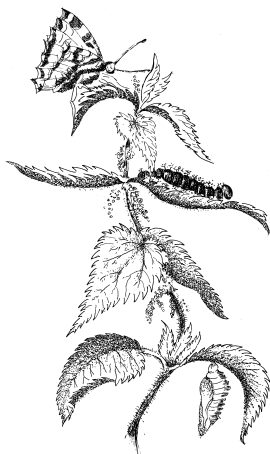
(3 j) : 29 avril – 1er mai

Perfectionnement (4 j) : 5 - 8 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
- identification des espèces sur le terrain
- Récolte des plantes sauvages comestibles et préparation de recettes simples pour les repas
- Récolte des plantes médicinales, séchage et approche pour diverses utilisations favorisant l'autonomie

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 fournis sont bios, achetés avant afin de faciliter l'organisation et la préparation des repas. (3€ 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 (7€ la nuit). Un gîte est disponible à 3 km.

Déroulement du stage

- 1^{er} jour : accueil à 9h30 (11h pour le stage perfectionnement)
- L'après-midi et les 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 100€ les 2 jours, 150€ les 3 jours et 200€ les 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) et parfois Vivéa.

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