



**Maison Paysanne de l'Aude**  
**Avenue Salvador Allendé -**  
**11300Limoux**  
[mcoupet@mp11.fr](mailto:mcoupet@mp11.fr)  
[maisonpaysanneaude.fr](http://maisonpaysanneaude.fr)  
Siret : 84519868800028  
N° OF : 76110169011



L'Ortie  
Lasserre du Moulin  
11260 Saint Jean de Paracol  
[lortie.contact@orange.fr](mailto:lortie.contact@orange.fr)  
[lortie.asso.fr](http://lortie.asso.fr)



## Programme de formation

### Formation organisée en mutualisation avec la Maison paysanne de l'Aude (Qualicert)

**Titre de la formation :** « **Initiation à l'identification et au mode d'emploi des plantes médicinales, cueillette, culture et usages** »

**Pré-requis :** aucun

**Moyens d'encadrement:** Ioana Gontier

**Dates :** 27 au 29 juin 2025 **Durée :** 21h **Lieu :** 11260 St Jean de Paracol

**Objectif général :** Connaître les bases de l'identification des plantes sur le terrain.

Approche des plantes par familles botaniques ce qui permet de généraliser certaines utilisations et de connaître les toxicités.

Aperçu de plusieurs préparations faites maison, comprendre l'autonomie possible et éviter des produits chimiques polluants (par exemple en agriculture conventionnelle)

Savoir cueillir et préserver les plantes dans leur milieu, avoir un aperçu des plantes utiles au jardin (mellifères, protectrices) et de leur culture.

**Public visé :** agricult.rices et porteu.ses de projet en Occitanie et toute personne souhaitant acquérir des connaissances pour des pratiques durables.

**Évaluation des capacités acquises :** jeu d'identification

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

**Contenus :** identification et observation, approche botaniques, cueillettes, préparations

**Méthodes pédagogiques :** théorie en salle, sorties sur le terrain, observations à la loupe, mise en pratique, jeu d'identification.

*Un certificat de réalisation et un support de formation seront remis aux stagiaires*

#### **1<sup>er</sup> jour : de 10h00-13h00 et 14h30-18h30**

Accueil des stagiaires, écoute des attentes des stagiaires selon leur projet.

Les plantes sauvages :

- les règles de base pour une cueillette respectueuse et un séchage de qualité.
- sortie d'identification et cueillette des plantes médicinales sauvages autour du lieu de stage, avec collecte d'échantillons pour mettre en herbier ou prise de photos
- approche botanique des plantes sauvages pour être sûr de ramasser la bonne plante, en évitant les confusions.
- techniques de cueillette, choix du meilleur moment, la partie des plantes à cueillir afin d'avoir une plante de qualité.
- échange de recettes de base, selon les attentes des stagiaires (macérat, sirop, vinaigre, extraits fermentés, lactofermentation...)

#### **2<sup>e</sup> jour : de 9h-12h30 et 14h-17h30**

Les plantes cultivées :

- sortie d'identification et cueillette des plantes médicinales cultivées autour du lieu de stage, avec collecte d'échantillons pour mettre en herbier ou prise de photos.
- approche botanique des plantes par espèces pour être sûr d'acheter la bonne plante, celle adaptée à votre terrain, en évitant les confusions.
- semis, bouturage, plantation, que choisir selon les espèces.
- réalisation d'un produit et détail de recettes, selon le choix des stagiaires (macérât huileux ou alcoolique...)

#### **3<sup>e</sup> jour : 9h-12h30 et 14h-17h30**

Les arbres :

- sortie d'identification des arbres médicinaux autour du lieu de stage, avec collecte d'échantillons pour mettre en herbier ou prise de photos.
- séchage et présentation des différents modes de séchage et des séchoirs à construire.
- utilisation des plantes plus spécifiquement utilisées en agriculture ou pouvant être une valeur ajoutée lors de la commercialisation des produits de vente des stagiaires.
- rappel sur la législation des PPAM, liste non exhaustive de ressources à consulter pour se tenir informé au



**Maison Paysanne de l'Aude**  
**Avenue Salvador Allendé -**  
**11300Limoux**  
[mcoupet@mp11.fr](mailto:mcoupet@mp11.fr)  
[maisonpaysanneaude.fr](http://maisonpaysanneaude.fr)  
Siret : 84519868800028  
N° OF : 76110169011



L'Ortie  
Lasserre du Moulin  
11260 Saint Jean de Paracol  
[ortie.contact@orange.fr](mailto:ortie.contact@orange.fr)  
[ortie.asso.fr](http://ortie.asso.fr)



mieux des évolutions de la loi.  
Tour de table des questions et bilan.

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

**Tarifs :**

- Formation professionnelle (uniquement Vivea) : 38€/h x 21h = 798€ net de taxes
- Prise en charge pour les agricult.rices et ayant droits VIVEA
- Tarif sans OPCO : prix libre à partir de 70€ par jour + adhésion annuelle à l'association à prix libre (hébergement et repas non compris)

*Pour s'inscrire : merci de contacter le responsable de stage par téléphone ou mail  
(Toute inscription fait l'objet d'une confirmation écrite.)*

**Responsable de stage :** Susanne Keyl 0628069636 [ortie.contact@orange.fr](mailto:ortie.contact@orange.fr)

**Date limite d'inscription :** 6 juin 2025

Taux de satisfaction pour cette formation 2023 : 92.9%

**Programme plus détaillé sur demande**