



# Association d'éducation à l'environnement **L'Ortie**

Lasserre du Moulin  
11260 St Jean de Paracol  
Tel : 04 68 20 36 09  
[lortie@wanadoo.fr](mailto:lortie@wanadoo.fr)



N° Siret : 421 152 414 000 31  
N° de formateur : 91 11 011 49 11  
Code APE : 9499Z  
[www.lortie.asso.fr](http://www.lortie.asso.fr)

## Programme

**Intitulé :** Matins Sauvages , cycle de sorties botaniques  
**Lieu :** milieux naturels autour d' Alet-les-Bains (11580)  
**Formatrice :** Laurie Beaufiles, botaniste et animatrice nature environnement, diplômée d'état  
**Dates :** 12 février, 12 mars, 23 avril, 14 mai, 11 juin, 9 juillet 2022  
**Sortie botanique en matinée + Atelier de transformation l'après midi (possibilité de faire l'un ou l'autre)**

**Objectif :** acquérir les outils nécessaires pour débiter en botanique et comprendre les notions de bases d'écologie et de dynamique des milieux naturels :

- découvrir les plantes des différents milieux
- se familiariser avec les notions de base de la botanique
- apprendre à observer, décrire une plante et la nommer
- comprendre les éléments déterminant un milieu naturel
- Acquérir des connaissances sur les utilisations possibles des espèces rencontrées

**Public visé :** toute personne intéressée par la botanique et la connaissance des milieux naturels

### Méthodes et matériels pédagogiques :

Sorties sur les terrains en milieux différents, observation et description des caractéristiques de la plante  
loupes de botanique, loupes binoculaires de terrain, flores et lexiques de botanique  
observation et analyse du milieu naturel , présentation des espèces rencontrées, création d'herbier possible

**Après-midi : Mise en pratique réaliser des produits de soins (chacun.e repart avec sa préparation) ou des recettes de cuisine sauvage, selon les saisons et les envies des participant.es.**

Découverte des produits utilisés, telles que les huiles végétales, les huiles essentielles, les modes de séchage, les macérations huileuses, les alcoolatures, les baumes, les sirops...

Préparation de recettes de saison avec la cueillette du matin.

### Session 1 : de 9h15-12h15

Découverte des plantes rudérales (autour du village)

### Session 2 : de 9h15-12h15

Découverte des plantes de la Garrigue – salades sauvages (Plateau du Castellou)

### Session 3 : de 9h15-12h15

Découverte des plantes de la Garrigue (Causse St Adrien)

### Session 4 : de 9h15-12h15

Découverte des plantes de la Ripisylve (bords de l'Aude)

### Session 5 : de 9h15-12h15

Découverte des plantes des plantes spontanées des jardins (ruines basses, Alet les Bains)

### Session 6 : de 9h15-12h15

Découverte des plantes des sous-bois et lisières **ou** Découverte des plantes des Zones Rocheuses calcaires (Falaise calcaire d'Alet les Bains) selon le développement de la flore

### Tarifs :

Journée entière : 55 € à l'unité ou les 6 séances à 270€ (45 € la séance)

Matinée : 25€ à l'unité ou les 6 séances à 120€ (20€ la séance)

Après-midi : 30€ à l'unité ou les 6 séances à 150€ (25€ la séance)

Pas de prise en charge de formation professionnelle