

# Programmation pour la journée du 1er septembre

*Ce sont les ancien.nes stagiaires qui animeront ces ateliers, démonstrations, discussions...*

Afin de ne pas perturber le bon déroulement des animations et ateliers, il est important d'arriver à l'heure du démarrage ! Merci de votre compréhension.

## 10h à 11h :

- démonstration d'une **distillation** avec un alambic en cuivre pour en extraire de l'eau florale et de l'Huile Essentielle Par Maud de O'de fleur et Tania Compagny Fuster, productrice Simples en Ariège. <http://www.syndicat-simples.org/fr/Company-Fuster-Tania.html>

*atelier à prix libre et conscient*

- départ pour une **sortie d'identification des plantes sauvages comestibles et médicinales** avec Catie de à la cadence de l'herbe <http://alacadencedelherbe.blogspot.com/> et/ou Laurie d'Herba Venti <http://geeau.de.org/annuaire/herba-venti.html>

*atelier à prix libre et conscient*

## 11h-12h :

- présentation de la **gemmothérapie** : l'utilisation de la macération de bourgeons d'arbre, sous le nom de macérat glycériné, est de plus en plus populaire. Présentation de ces macérats, comment l'utiliser et les faire soi-même ? Par Stéphane Boistard, auteur de *Gemmothérapie, les bourgeons au service de la santé* aux éditions Terran <http://www.stephaneboistard.com/spiritualite>

- démonstration d'une teinture de laine avec des **couleurs végétales** issues de plantes locales. Par Catherine Bataillon de Couleurs en herbe <http://couleursenherbe.fr/>  
*sur son stand atelier à prix libre et conscient*

## 12h-13h :

- démonstration de la **fabrication du savon à froid** : cette fabrication garde les bienfaits des plantes et des huiles, et en plus elle est moins polluante ! Par Thérèse Fornari qui crée des savons pour son plus grand plaisir <https://theresafornari.com/theresa-fornari/>  
*sur son stand aussi à 15h*

- présentation de **l'écopsychologie pratique** : les Ateliers du *Travail qui Relie* - d'après Joanna Macy : Retrouver notre Écologie *Profonde* par une approche qui permet à l'être humain de prendre sa juste place sur Terre. Ces ateliers proposent des pratiques qui transforment notre inquiétude pour le monde en engagement créatif. Par Laure Bressan de l'Association Roseaux Dansants <http://www.roseaux-dansants.org/>

- présentation de **l'urinothérapie** ou Amaroli : Monique Forestier, productrice *Simples*, répondra à toutes vos questions concernant le soin en interne ou en externe avec sa propre urine. <http://www.syndicat-simples.org/fr/Monique-FORESTIE-deleguee-du.html>

## 13h-14h :

- fabrication d'un **baume de soin** avec une huile (de macération ou non), de la cire d'abeille et de l'Huile Essentielle (ou non). Par Anne Zinck, ethnobotaniste nomade.

*Une 20è de personnes pourront réaliser un baume de soin.*

*aussi à 17h atelier à prix libre et conscient*

- réalisation d'un **produit vaisselle** : pas facile de trouver le produit qui convient à tout le monde surtout si on réduit la mousse (car ce n'est pas la mousse qui lave, mais c'est elle qui pollue!) Par Magali Caume, utilisatrice de produits ménagers faits maison

*Prenez un flacon pour repartir avec un échantillon atelier à prix libre et conscient*

## 14h-15h :

- réalisation d'un **dentifrice** : c'est tout simple, on vous présente les ingrédients et on fabrique...

vous repartirez avec votre petit pot de dentifrice, garanti sans conservateur, ni fluor, ni nano, ni agents sucrants, ni emballage polluant... Par Aurore Berland, utilisatrice de dentifrice maison *atelier à prix libre et conscient*

- **sieste contée** : Contes de plantes, Contes fleuris, Par Stéphanie Lafitte de Caliconte à Bordeaux <http://conter-nature.com/caliconte/>

- présentation de **l'humusation** : ou *respectueux même après ma mort* : depuis que nous avalons des conservateurs, et autres produits toxiques, nos cadavres se décomposent trop lentement, et dans de mauvaises conditions. De ce fait, les sols sont pollués de façon alarmante. En France, l'humusation est encore interdite mais de nombreuses personnes se mobilisent pour avoir la possibilité de choisir que faire de son corps après la vie... Danièle Bourrel est une de ces militantes : elle vous expliquera les tenants et les aboutissants de ce combat à mener ! Plus d'info sur ce site de référence : <https://metamorphoseproject.wordpress.com/>

### 15-17h : TABLE RONDE

**Les plantes des femmes** : sur le papier mis dans un chapeau, vous inscrirez les questions que vous vous posez sur les plantes des femmes et leurs utilisations, les consignes de précaution d'emploi, les plantes contraceptives, hormones like, celles de la ménopause... celles qui accompagnent la femme... Au hasard des questions, nous essaierons de répondre ensemble entre spécialistes et novices. Une belle façon de mettre en commun nos expériences et connaissances !

### 15h-16h :

- - démonstration de la **fabrication du savon à froid** : cette fabrication garde les bienfaits des plantes et des huiles, et en plus elle est moins polluante ! Par Thérèse Fornari *sur son stand aussi à 12h-13h*

- atelier pour les enfants : **comment récolter les graines des tomates et de quelques fleurs**. Comment conserver ses graines. Par Gundi, productrice de plants bio, de ses semences paysannes et impliquée dans la gestion de la grainothèque collective de la haute vallée. **8 enfants maxi. Atelier de 30mn Sur inscription à son stand.**

### 16h -17h :

- atelier pour les enfants : **apprendre à faire un herbier** Par Laurie Beaufiles d'Herba Venti. **8 enfants maxi Sur inscription, au stand de L'Ortie atelier à prix libre et conscient**

- présentation de la **sylvothérapie** : découverte du bienfait des arbres et de la forêt Par Pierre André Lemoine, guide sylvestre.

### 17h-18h :

- **graines de papier** : fabrication d'une feuille en papier recyclé avec insertion de graines, pour faire germer ses pensées ! Par Tatiana Rozenblat, plasticienne du papier **Tout public dès 6 ans atelier à prix libre et conscient**

- départ pour une **balade botanique contée** Par Stéphanie Lafitte de Caliconte et Catie de l'association « à la cadence de l'Herbe et/ou Laurie d'Herba Venti. Possibilité d'organiser une **sortie d'identification des plantes sauvages comestibles et médicinales** non contée en cas de demande importante. *sortie à prix libre et conscient*

### 19h

- **le mot du président**
- **spectacles divers**
- **soirée dansante et des surprises...**

## Tout au long de la journée, sur leur stand

- connaître sa plante de drainage automnal grâce à la kinésiologie par Catie Besnier, étudiante en kinésiologie. **séance de 15 min, inscription sur place**  
séance à prix libre et conscient

- découverte du **massage shiatsu** par Claire Jeannot, qui pratique le massage shiatsu sur les chevaux <http://formation-shiatsu-equin.com/annuaire-des-professionnels/occitanie/claire-jeannot/> **séance de 15 à 30 mn** **inscription sur place**  
séance à prix libre et conscient

- écouter la **musique des plantes** avec Valentine Guézille, animatrice nature pour Capucine et marjolaine, <http://capucineetmarjol.canalblog.com/pages/nous-joindre/26256080.html>  
**sur le stand**

- découvrir les bienfaits des **EM (Micro-organismes Efficaces)** avec Johan Fiedos de Sème la graine <http://www.semlagraine.org/presentation/> **près du stand de la grainothèque**

- échanger avec Stéphane Boistard qui vous présentera ses 2 livres : Gemmothérapie et le petit dernier : **Sylvothérapie de l'arbre médicinal à la forêt thérapeutique** **sur le stand de L'Ortie**

La 1ère version de l'exposition **Jardins de Trottoir, la biodiversité dans la ville** sera installée chez une habitante : vous pourrez venir la découvrir telle une flânerie, un bain de biodiversité... Une autre version sur bâche en chanvre, sera également installée dans le village.

## Vous aurez de quoi vous restaurer sur place toute la journée

<b>L'Ortie - Programme des ateliers du 1<sup>er</sup> septembre (susceptible d'être modifié)</b>			
	Lieu 1	Lieu 2	Sur leur stand ou ailleurs
10h-11h	Démonstration d'une distillation		Départ sortie botanique
11h-12h		Présentation de la gemmothérapie	Démonstration des teintures de couleurs végétales
12h-13h	Atelier fabrication d'un produit d'entretien	Présentation de l'urinothérapie	fabrication de savon à froid
13h-14h	Atelier fabrication d'un baume de soin	Présentation de l'écopsychologie	
14h-15h	Atelier fabrication d'un dentifrice	Présentation de l'humusation	Sieste contée dans le parc
15h-16h	15h-17h TABLE RONDE : les plantes des femmes		- fabrication de savon à froid - atelier enfants : faire ses graines
16h-17h			- atelier enfants : herbarium - présentation de la sylvothérapie
17h-18h	Atelier fabrication d'un baume de soin	Atelier fabrication de Graines de papier	Départ pour une balade botanique contée