



Association d'éducation à l'environnement

# L'Ortie

Lasserre du Moulin  
11260 St Jean de Paracol  
Tel : 04 68 20 36 09 / 06 28 06 96 36  
[ortie@wanadoo.fr](mailto:ortie@wanadoo.fr)

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

## Programme de formation

**Titre de la formation : « Identification et utilisation des plantes sauvages comestibles et médicinales » Niveau Perfectionnement 1**

**Approche des principales familles botaniques**

**Pré-requis : savoir décrire les plantes sauvages avec le vocabulaire botanique**

**Moyens d'encadrement: Moutsie Claisse**

**Dates : 2-5 avril Durée : 28h Lieu : Lasserre du moulin 11260 St Jean de Paracol**

**Objectif général : découvrir les principales familles, savoir identifier les plantes comestibles et médicinales et connaître leurs diverses utilisations**

**Public visé : toute personne souhaitant utiliser des plantes médicinales, comestibles et bio-indicatrices, et agriculteurs, ayant les pré-requis**

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

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

**Contenus : identification et observation sur le terrain, connaissances botaniques théoriques**

**Méthodes pédagogiques : sorties sur le terrain, théorie et jeu d'identification**

**Déroulé :**

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

Matin : sortie autour de la maison : révision du vocabulaire, savoir observer une plante

Après-midi : Sortie dans le champ voisin avec cueillette de plantes comestibles et médicinales  
salle en fin d'après-midi pour reprendre les bases de quelques familles vues sur le terrain

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

Une journée en montagne à revoir et découvrir les bases des familles, et identifier de nouvelles plantes courantes. Cueillette de plantes médicinales pour les stagiaires et plantes comestibles pour les repas, échanges de recettes

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

Matin : salle : révision des familles et plantes vues la veille

Après-midi : Sortie autour de la maison avec cueillette de plantes comestibles et médicinales  
réalisation d'une Teinture mère et d'un macérat huileux

**4<sup>e</sup> jour : 9h-12h30 et 13h30-17h00**

Matin : salle : révision des familles et plantes vues la veille

Après-midi : - réponse aux questions de stagiaires - jeu d'identification et de révision.  
- Échanges des photos pour un herbier collectif. -Bilan

**Programme établi par Moutsie Claisse, formatrice pour L'Ortie**

**Tarifs :**

Formation professionnelle (toutes OPCO) : 22€/h x28h = 616 €

Gratuit pour les agricult.rices et ayant droits Vivea

Tarif sans OPCO : entre 50€ et 80€ par jour

Hébergement et repas non compris

