Stage botanique et usages de 4 jours

4 jours du vendredi 14 au dimanche 17 mai 2027 à Ouroux-en-Morvan
2 jours plantes sauvages comestibles, 2 jours plantes médicinales

Le stage se déroulera au Gîte de la Loutière à Ouroux-en-Morvan situé en plein cœur du Parc Naturel Régional du Morvan, entre les lacs de Pannecière et des Settons, entouré de forêts, d'étangs et de vastes étendues de verdure. Le lieu nous permettra de découvrir des plantes à usages sur les sentiers forestiers, au bord des ruisseaux et des lacs, dans le bocage du Morvan.
Le temps sera réparti également entre la botanique et les usages sur 4 jours :
— **le 14 et le 15 mai :** 2 jours dédiés à la cuisine à base de plantes sauvages comestibles avec les rosettes, les jeunes pousses et les fleurs (pesto, salades, soupe, lactofermentation, brèdes, sirop… ;
— **le 16 et le 17 mai :** 2 jours dédiés aux fabrications galéniques (macérats huileux, teinture mère, baume…)
En fonction des plantes disponibles, nous choisirons ensembles les fabrications à réaliser.

Botanique
Sorties de terrain le matin dans différents milieux avec identification des herbacées, souvent en cours de développement à cette saison (rosettes et jeunes pousses) et récolte pour les fabrications à réaliser l'après-midi.

Ethnobotanique (cuisine sauvages et produits pour le soin)
Apprendre à récolter, conserver et utiliser les plantes médicinales et comestibles observées et prélevées le matin. Nous faisons ensemble les recettes, les fabrications proposées sont à base de recettes simples, faciles à se ré-approprier en fonction des végétaux disponibles. Fiches recettes et documents fournis.

RENSEIGNEMENTS PRATIQUES
TARIFS - Coût pédagogique : 280 euros le stage ou 70 euros la journée (7 heures) - Formation professionnelle (hors CPF) : 600 euros - Adhésion : 5 euros. Tarif réduit : 240 euros le stage ou 60 euros la journée.
Hébergement en gîte : 20 euros la nuit en chambre de 2 personnes, chambre 1 personne, nous contacter.
Chambres d'hôtes et hôtel dans le village. Il est conseillé d'arriver le jeudi en fin de journée.
Petit déjeuner (5 euros) /déjeuner (6 euros) / dîner (6 euros) : frais de participation pour la fabrication collective de repas végétariens avec des produits locaux bio fournis.

POUR VENIR : Gîte la Loutière, 2 place de la mairie 58230 Ouroux-en-Morvan ou Gare de Montbard puis bus LR 120 jusqu'à Saulieu ou co-voiturage possible entre les stagiaires.

INTERVENANTES - Micheline Martin (Ecole des Plantes de Paris, D.U. de Botaniste Université d'Amiens)
Véronique Desanlis (Ecole des Plantes de Paris, D.U. de conseil en phytothérapie Université de Bobigny).

CONTACT/RÉSERVATION - 06 83 06 68 42 - 06 76 70 54 98 - communerbe@gmail.com - www.communerbe.org

BULLETIN D'INSCRIPTION du stage à Ouroux-en-Morvan
Stage « Botanique & Usages des plantes » du vendredi 14 mai au lundi 17 mai 2027

Nom, prénom .....

Tel .....

Mail .....

Adresse .....

Coût pédagogique

Le stage de 4 jours..... 280 euros

Le stage de 4 jours (tarif réduit)..... 240 euros

La journée (70 euros X ..... jours) ..... euros

La journée (60 euros X ..... jours) (tarif réduit)..... euros

Hébergement

Chambre 2 personnes avec 2 lits simple (20 euros x ..... nuit par personne) ..... euros

Draps, couette et serviette de toilette : 5 euros. Chambre une personne, nous contacter.

A régler en début de stage

Repas

Frais de participation pour la fabrication collective de repas végétariens avec des produits locaux bio fournis (5, 6 et 6 euros)

Allergie ou intolérance allimentaires .....

A régler en fin de stage selon le nombre de repas

Pour réserver : 100 euros pour le stage de 4 jours, 30 euros pour une journée à l'ordre de *Communerbe*

Chèque ou virement et bulletin d'inscription rempli à envoyer à cette adresse ou par mail communerbe@gmail.com :

Communerbe chez Véronique Desanlis, 10 rue botha - 75020 Paris

Le solde sera à régler en début de stage.

Les arrhes seront encaissées un mois avant le début du stage et ne seront pas remboursées si l'annulation de la part du stagiaire a lieu moins de 20 jours avant la date de début de stage. Elles le seront intégralement si l'annulation est de la responsabilité de l'association.

Jour et heure d'arrivée (le stage commencera à 9h le vendredi) .....

Jour de départ (le stage se terminera à 16h le lundi) .....

Il est conseillé d'arriver le jeudi en fin de journée, départ possible à partir de 16h le lundi jusqu'au lundi dans la journée.

Contact : communerbe@gmail.com - Micheline Martin : 06 83 06 68 42 - Véronique Desanlis : 06 76 70 54 98

Site : www.communerbe.org

Crédit Mutuel

RELEVE D'IDENTITE BANCAIRE

Identifiant national de compte bancaire - RIB

Banque	Guichet	N° compte	Clé	Devise
10278	06049	00020609801	71	EUR

CCM PARIS 19 PL DES FETES

Identifiant international de compte bancaire

IBAN (International Bank Account Number)
FR76 1027 8060 4900 0206 0980 171

BIC (Bank Identifier Code)
CMCIFR2A