

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS AUPRES DES ANIMATRICES :

Isabelle Jaillot - 06 83 27 13 82 - Angèle Morel - 06 07 82 71 17 - Isabelle Berrard - 07 83 25 58 21

OU PAR MAIL plantes.compagnes@gmail.com

2€ de réduction par animation pour les adhérents.

Sauf indication contraire, les lieux de RDV sont au jardin de l'association,
40 route de Besançon à Montgesoye.



Mars :

Samedi 12 Mars de 14h à 16h: la Sève de Bouleau

Le bouleau nous offre sa sève pour une cure de printemps ; quels sont ses bienfaits ? Quand et comment la prélever en respect de l'arbre ? - 12 € - Angèle Morel

Avril :

Dimanche 10 avril de 9h30 à 16h30

Au printemps, Plantes et Qi Gong : expérimenter les plantes par les sens ; la cure printanière ; les plantes du foie; Qi Gong de saison - 50€ - Isabelle Berrard

Samedi 30 avril de 9h30 à 16h: Cuisine sauvage

Comment passer de la cueillette à l'assiette.

Les plantes ont des textures et des goûts variés et offrent des possibilités de plats étonnants, on découvre un grand plaisir à faire des cueillettes pour réaliser le repas de midi - 45 € - Angèle Morel

Mai :

Dimanche 8 mai de 9h30 à 16h30

Plantes et Qi Gong : expérimenter les plantes par les sens ; les plantes de la digestion; Qi Gong et intersaison - 50€ - Isabelle Berrard

Mercredi 11 mai de 14h à 17h autour du jardin: Les fleurs de Bach dans la nature : les fleurs au jardin, découverte sensorielle et vibratoire - 15€ - Isabelle Jaillot

Dimanche 15 mai de 14h à 17h : espace Vuillafans - Châteaueux-les-fossés : les plantes culinaires et médicinales du printemps. RDV 200m après le gîte de La Tuffière à Vuillafans. Gratuit - Avec l'appui du Département.

Juin :

Fabriquer ses cosmétiques en 3 étapes à partir des huiles de macération de juin à Septembre

Mercredi 1 juin de 13h30 à 16h30 : Etape 1 - Macérât huileux, apprendre et découvrir la technique des macérations huileuses et les plantes utiles à ce procédé. Comment réagit la plante au contact de l'huile, comprendre ce que la plante restitue dans cette extraction - 25 € - Angèle Morel

Samedi 4 juin de 14h à 18h **et dimanche 5 juin** de 10h à 17h

Rendez-vous au jardin : thème *Les jardins face au changement climatique* – ouverture des jardins au public – visites guidées gratuites – échanges et vente de plantes.

Vendredi 10 juin : balade botanique à la journée sur le secteur du Chasseron – départ du jardin à 9h30 - 15€ - Angèle Morel et Isabelle Berrard

Mercredi 22 juin de 14h à 17h

Atelier : transformation de plantes : technique de cueillette et de séchage, savoir associer les plantes suivant les besoins de chacun pour composer une tisane - 20€ - Angèle Morel

Vendredi 24 juin de 9h à 12h : espace Vuillafans - Echevannes: les plantes de la St Jean, mythes et croyances de la fête du solstice d'été. RDV parking de l'église de Vuillafans. Gratuit - Avec l'appui du Département.

Juillet :

Dimanche 3 juillet de 9h30 à 16h30

En été, Plantes et Qi Gong : expérimenter les plantes par les sens ; les plantes du cœur et de la circulation sanguine ; Qi Gong de saison - 50€ - Isabelle Berrard

Mercredi 6 Juillet de 14h à 17h

Etape 2 - atelier cosmétique : filtration huiles de macération (de l'étape 1) et réalisation de baumes bien être, Qu'est-ce qu'un baume ? Les ingrédients, la réalisation, la conservation - 25 € - Angèle Morel

Août :

Dimanche 28 août : pique-nique de l'association dès 12h.

Septembre :

Mercredi 7 septembre de 10h à 16h

Etape 3 - atelier savons

comment faire ses propres savons à partir des huiles de macération de l'étape 1. Chacun(e) fabrique un savon propre à sa peau et repart avec sa réalisation - 35 € - Angèle Morel

Dimanche 11 septembre de 14h à 17h : espace Mouthier - roche de HautePierre : les fruits sauvages, comestibles et toxiques. RDV parking de l'église de Mouthier-HautePierre. Isabelle Berrard - Gratuit - Avec l'appui du Département.

Dimanche 18 septembre de 9h30 à 16h30

En automne, Plantes et Qi Gong ; la cure d'automne ; les plantes du système respiratoire; Qi Gong de saison - 50€ - Isabelle Berrard

Octobre :

Samedi 1 am et dimanche 2 octobre : exposition fruits sauvages comestibles et toxiques au salon du champignon de la Maison de la réserve de Labergement-Ste-Marie

Samedi 8 octobre de 10h à 16h

Identification et reconnaissance des baies - Cueillette et réalisation de saveurs automnales - 45 € - Angèle Morel

Novembre :

Dimanche 13 novembre de 9h30 à 16h30

En hiver, Plantes et Qi Gong ; système immunitaire ; les plantes du système rénal ; Qi Gong de saison - 50€ - Isabelle Berrard

Janvier 2023:

Dimanche 22 janvier de 9h30 à 16h30

Composer sa boîte aux plantes compagnes de réserve ; doses et posologies de base ; les formes galéniques ; fabriquer une crème cosmétique - 50€ - Isabelle Berrard

