

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 - Claire Eustache : 06 63 13 79 63 claire@lunedeplume.fr



OU PAR MAIL plantes.compagnes@gmail.com

2€ de réduction par animation pour les adhérents.

Sauf indication contraire, le lieu de RDV est au jardin de l'association, 40 route de Besançon à Montgesoye.

Nouveau cette année : les ateliers d'écriture sont une invitation à explorer le jardin et le vivant par le biais de l'écriture créative et ludique. À partir de propositions d'écriture accessible à tous, chacun(e) laisse aller librement l'expression et l'imagination, dans un espace accueillant et chaleureux. Plus d'infos sur le site des ateliers :

www.lunedeplume.fr

Mars :

Samedi 11 Mars de 14 h à 16 h

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. 15 € - Angèle Morel

Avril :

Dimanche 2 avril de 9h30 à 16h30

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

Samedi 8 avril de 14h à 16h30

"Herbiers" : les plantes seront les compagnes de vos mots et de votre imaginaire et nous viendront les évoquer au cours d'un atelier d'écriture ouvert à tous et toutes, adultes & enfants à partir de 9 ans - 25 euros - Claire Eustache - Annulé en cas de pluie, possibilité de report selon les agendas.

Samedi 29 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. 50 € - Angèle Morel

Mai :

Dimanche 7 mai de 9h30 à 16h

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

Mercredi 10 mai de 14h à 16h30

"Présences" : les plantes, les animaux, le ruisseau et toutes les présences du jardin seront au coeur de cet atelier d'écriture ouvert à tous et toutes, adultes & enfants à partir de 9 ans - 25 euros - Claire Eustache - Annulé en cas de pluie, possibilité de report selon les agendas.

Mercredi 24 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 28 mai de 14h à 17h : espace Vuillafans - Châteauvieux-les-fossés : les plantes culinaires et médicinales du printemps. RDV 200m après le gîte de La Tuffière à Vuillafans. Gratuit. Isabelle Berrard

Juin :

Samedi 3 juin de 14h à 18h et **dimanche 4 juin** de 10h à 17h

Rendez-vous au jardin – ouverture des jardins au public – visites guidées gratuites - Thème : les musiques du jardin.

Mercredi 7 juin de 13h30 à 16h30

Macérât huileux, apprendre et découvrir la technique des macérations huileuses, comment réagit la plante au contact de l'huile, comprendre ce que la plante restitue dans cette extraction et avoir toutes les clés pour réaliser ses propres huiles de massages - 30 € - Angèle Morel

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

Dimanche 11 juin de 10h à 12h30

"Rivières" : la rivière, une qui vous accompagne depuis toujours ou celle que vous imaginerez, sera source d'inspiration pour cet atelier d'écriture ouvert à tous et toutes, adultes & enfants à partir de 9 ans - 25 euros - Claire Eustache - Annulé en cas de pluie, possibilité de report selon les agendas.

Dimanche 18 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. Isabelle Berrard

Mercredi 21 juin de 14h à 17h

Atelier tisanes : technique de cueillette et de séchage, savoir associer les plantes suivant les besoins de chacun pour composer une tisane aux diverses vertus - 25€ - Angèle Morel

Juillet :

Samedi 8 juillet de 14h à 16h30

"Sens" : une invitation créative pour s'éveiller à la présence sensuelle du jardin et l'inviter dans les mots de cet atelier d'écriture ouvert à tous et toutes, adultes & enfants à partir de 9 ans - 25 euros - Claire Eustache - Annulé en cas de pluie, possibilité de report selon les agendas.

Dimanche 9 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; famille des Rosacées ; Qi Gong de saison - 50€ - Isabelle Berrard

Dimanche 16 juillet de 10h à 16h30

"Yin-Yang" : une journée d'écriture créative et ludique pour explorer - dans leurs différentes et leurs complémentarités - les deux faces de notre monde que sont le yin et le yang - 50 euros - Claire Eustache - Annulé en cas de pluie, possibilité de report selon les agendas.

Août :

Dimanche 27 août : pique-nique de l'association dès 12h.

Mercredi 30 août de 14h à 16h30

"Forêts" : entrer en forêt et en écriture, écouter ce que les bois nous disent, en faire des histoires à raconter en retour. Un atelier d'écriture ouvert à tous et toutes, adultes & enfants à partir de 9 ans - 25 euros - Claire Eustache - Annulé en cas de pluie, possibilité de report selon les agendas.

Septembre :

Samedi 9 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

Dimanche 17 septembre de 10h à 12h30

"Directions" : explorez les 8 directions à partir des lieux du jardin et suivez la rose des vents avec cet atelier d'écriture ouvert à tous et toutes, adultes & enfants à partir de 9 ans - 25 euros - Claire Eustache - Annulé en cas de pluie, possibilité de report selon les agendas.

Octobre :

Dimanche 1 octobre de 9h30 à 16h30

En automne, Plantes et Qi Gong : expérimenter les plantes par les sens ; la cure d'automne ; les plantes du système respiratoire; famille des Lamiacées ; Qi Gong de saison - 50€ - Isabelle Berrard

Samedi 7 am et dimanche 8 octobre : exposition fruits sauvages comestibles et toxiques au salon du champignon de la Maison de la réserve de Labergement-Ste-Marie

Samedi 7 de 12h à 16h : fête de l'automne au jardin des plantes compagnes
Visites guidées, soupe, vin chaud, vente et échange de végétaux et convivialité.

Samedi 21 octobre de 10h à 16h

Identification et reconnaissance des baies - Cueillette et réalisation de saveurs automnales - 50 € - Angèle Morel

Novembre :

Dimanche 26 novembre de 9h30 à 16h30

En hiver, Plantes et Qi Gong : expérimenter les plantes par les sens ; système immunitaire ; les plantes du système rénal ; famille des Ericacées ; Qi Gong de saison - 50€ - Isabelle Berrard

Janvier 2024 :

Dimanche 21 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

