

Week-end du 12 octobre 2024
à Aureille et Arles

Samedi 12 octobre à Aureille, chez Oli dis Aupiho
(producteurs de plantes aromatiques et médicinales)
Au programme : botanique et cueillette



- 🌱 Identification de plantes sauvages comestibles communes
- 🌱 Conseils pour les cueillir en toute sécurité
- 🌱 Idées pour les incorporer dans son menu
- 🌱 Cueillette des plantes comestibles de saison dans les champs de Françoise et Jean-Marc
- 🌱 Amélioration de notre pique-nique avec quelques touches sauvages



Dimanche 13 octobre à Arles, chez Phytopause
On passe en cuisine!

- 🌱 Préparation des plantes cueillies la veille
- 🌱 Découverte et cueillette d'autres plantes dans un milieu différent (jardin géré en permaculture)
- 🌱 Atelier cuisine aux plantes sauvages (selon cueillette)

HORAIRES : 9h30 à 17h30 - TARIF : 140 euros

CONTACT : Anne-Sophie Lemaire, médecin naturaliste

06 77 77 56 93 - phytopause@gmail.com - www.phytopause.fr

INFOS PRATIQUES

Le stage est basé sur la pédagogie active avec des exercices pratiques, des jeux botaniques et des mises en situation. **Tarif spécial à 120 euros** si vous êtes inscrit au module en ligne « Mon assiette sauvage ». Inclus dans le prix : dégustation du samedi midi et repas du dimanche midi. Prévoir des vêtements adaptés et un pique-nique pour le samedi midi (nous serons dans la nature sans électricité!). Le programme est susceptible d'être modifié selon les conditions météo. Covoiturage possible le samedi depuis Arles. Les lieux exacts seront communiqués après inscription.

