



**FORMATION DE 3 JOURS**  
**CUEILLETTE**  
**ET CUISINE**  
**DE PLANTES SAUVAGES**



**IMDERPLAM**

**L'ÉCOLE DES PLANTES MÉDICINALES  
ET DES MÉDECINES DOUCES**

# FORMATION

3 jours

## OBJECTIFS

Découvrir l'infinie richesse que les plantes sauvages comestibles nous offrent. Au fil des saisons, apprendre à cueillir et cuisiner tiges, feuilles, bourgeons, fleurs et racines. Se régaler et s'émerveiller de ce que nous offre la nature abondante.

## ORGANISATION

### CONTENU DE CHAQUE JOURNEE :

- Sortie de reconnaissance et cueillette,
- Atelier de cuisine à partir des cueillettes
- Repas partagé,
- Étude en salle d'une vingtaine de plantes cueillies sur le terrain.

## CONTENU

**Octobre** - La cueillette d'automne : racines, feuilles, fruits

Lieu : autour de l'école IMDERPLAM.

**Février** - La cueillette d'hiver : jeunes pousses et salades sauvages

Lieu : garrigue et champ ouvert.

**Avril** - La cueillette du printemps : fleurs et feuilles et plantes du bord de mer

Lieu : bord des étangs.

**Matériel demandé** : un appareil photo, un couteau, un panier, des sacs en papier.



## PUBLICS CONCERNÉS

■ Tout public

**Pré requis** : aucun

**Evaluation** : QCM, mis en pratique évalué ou autre...

## DÉROULEMENT DE LA FORMATION

**Cycle de 3 journées - 21 heures :**

29 septembre 2018 ; 23 février 2019 ; 06 avril 2019.

Horaires : 9h30 à 16h30

## TARIFS

Pour le cycle :

■ Financement personnel : **270 €\* les 3 jours ou 90 € la journée**

■ Financement organisme ou entreprise : **360 €\* les 3 jours ou 120 € la journée**

\*repas inclus

## LIEU DE LA FORMATION

L'école – Mas des Bonnes Ouest  
34130 – Candillargues

## INTERVENANTE



### Monica BLACKALL

Animatrice de sorties et ateliers autour des plantes sauvages et médicinales.

Animation d'ateliers de cuisine sauvage, herboristerie familiale, cosmétique naturelle. Formée à l'herboristerie

### L'ÉCOLE

Mas des Bonnes Ouest - rd 106  
34130 Candillargues • +33(0)4 67 29 60 05

### RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS ANTENNE ADMINISTRATIVE

7 place de la République • Les Glaniques - bât. b  
13210 Saint-Rémy-de-Provence  
+33(0)4 90 26 62 63

[www.imderplam.com](http://www.imderplam.com) • [ecole@imderplam.com](mailto:ecole@imderplam.com)

 Retrouvez l'école sur Facebook