



Formation  
Week-end

## Ces plantes qui nous soulagent



En Maine et Loire, à  
Feneu (49460)

Formation en herboristerie &  
botanique familiale.

Par Frédéric Michenet.

### CONDITIONS ET DATE

Cette formation se déroule dans les locaux  
de l'Association :



ATELIERS ANGEVINS

6, rue de Grez  
49460 FENEU

Le week-end du 1<sup>er</sup> et 2 décembre 2018

De 9h à 18h

### CONTACT

Ateliers angevins

[www.ateliersangevins.fr](http://www.ateliersangevins.fr)

[contact@ateliers-angevins.com](mailto:contact@ateliers-angevins.com)

06 61 75 66 78

Responsable formation : Frédéric Michenet

[www.naturancestrale.fr](http://www.naturancestrale.fr)

[contact@naturancestrale.fr](mailto:contact@naturancestrale.fr)

06 49 15 56 16

### COÛT

200€ pour le week-end entier

## Ouvrir les portes de la nature

Telle est ma mission lors de ce week-end.

Je me nomme Frédéric Michenet et je  
suis cueilleur de plantes sauvages &  
animateur sur les chemins de la nature.

Apprenez à faire vos premiers pas dans  
ce monde merveilleux à mes côtés puis  
repartez confiants afin d'arpenter celui-ci  
à votre guise.

## Programme du week-end

### Le samedi 1<sup>er</sup> décembre

#### Herboristerie

- Qu'est-ce que c'est ?
- Histoire de l'herboristerie
- Intérêts de nos jours
- Différents remèdes
- Principes actifs et contre-indications
- Herboristerie familiale
- Ateliers pratiques

Repartez avec les bases de l'herboristerie familiale, la tête enrichie de recettes et de savoirs et les mains remplies de préparations.

La voie est ouverte, libre à vous de la poursuivre !

#### A prévoir

- Votre repas du midi
- De quoi écrire
- Des contenants (petits pots en verre)

### Le dimanche 2 décembre

#### Botanique

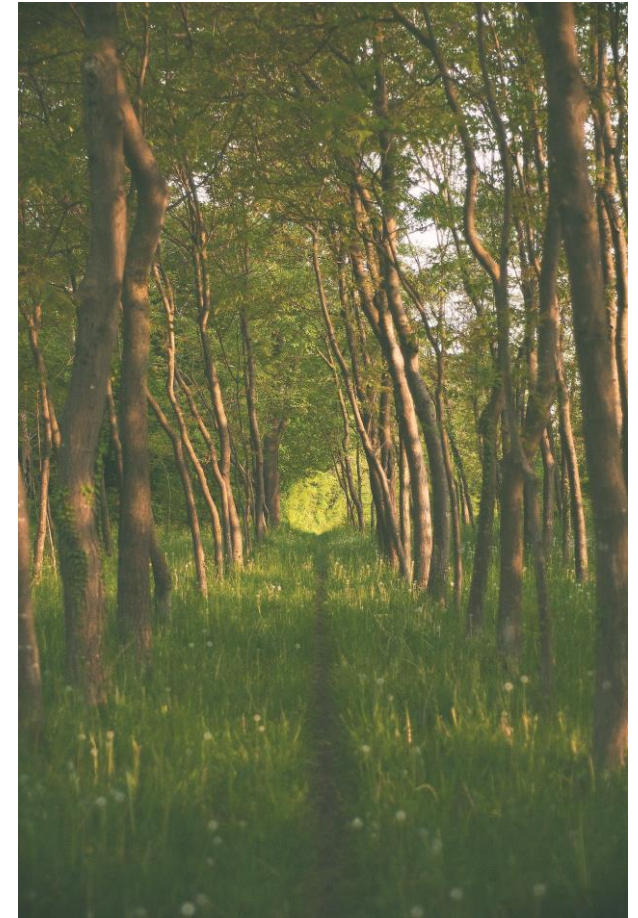
- La botanique ?
- Histoire et intérêt actuel
- Langage des plantes
- De la théorie à la pratique
- Récolte et séchage
- Balade botanique
- Ateliers

Apprenez les bases nécessaires à votre épanouissement dans cette voie végétale.

Comprenez leur fonctionnement et repartez en sachant identifier plusieurs plantes pour les employer dans vos préparations !

#### A prévoir

- Votre repas du midi
- De quoi écrire
- Des feuilles canson (à dessin)
- Des chaussures de rando



*Two roads diverged in a wood, and I took the one  
less traveled by; and that has made all the  
difference.*

- Robert Frost