

---

## Cycle de Stages de botanique pratique (3 jours) :

### Session 3 : automnale

## “Arbres, arbustes et fruits sauvages”

Présentation

---

### Stage de 3 jours “Cycle plante - 3/3”

**Vous avez envie de mieux connaître les plantes ligneuses à petits fruits sauvages**

**et vous initier à quelques transformations simples.**

**Empruntons ensemble le chemin de l'autonomie**

**dans l'utilisation des plantes des haies et des bois.**

Dans tout projet permacole, la connaissance et la reconnaissance des plantes sauvages poussant spontanément est un atout. En plus de vous permettre de mieux appréhender votre milieu et son écologie, les connaître renforce votre lien à la nature qui vous environne. Découvrir les usages et vertus de nos plantes compagnes est source de joyeuses découvertes qui vous feront gagner en autonomie et en résilience.

Ces plantes sauvages nous offrent une multitude de bienfaits et de possibilités de transformations (médicinales, comestibles, cosmétiques, artisanales).

Nous vous invitons, au travers de ces stages de 3 jours de « Botanique Pratique », à une immersion dans l'univers de leurs potentialités.

Pour 2023, trois sessions sont proposées, afin de rencontrer la flore à diverses saisons.

Cette session automnale sera axée sur la reconnaissance des arbres, arbustes et petits fruits sauvages : leur comestibilité ou toxicité, leurs vertus médicinales, leur importance pour la biodiversité et la résilience des systèmes, ainsi que les différentes façons de les transformer pour bénéficier de leur richesse.



## Informations pratiques : synthèse

|                    |   |
|--------------------|---|
| Stage              | Cycle plante 3/3 : arbres, arbustes et fruits sauvages  |
| Pré-requis         | Aucun   |
| Dates              | Du vendredi 29 septembre 2023 (9 h)<br>au dimanche 1er octobre 2023 (17h30)   |
| Nombre d'heures    | 6 demi-journées, sur 3 jours (21h)  |
| Lieu du stage      | La pépinière des Alvéoles<br>370 Montée de Baume Rousse, Le Combet, 26400 Cobonne (Drôme)   |
| Frais pédagogiques | 270 €   |
| Hébergement        | Libre - liste des hébergements à proximité sur demande. Possibilité en camping à la pépinière des Alvéoles (participation consciente) |
| Repas              | Repas tirés des sacs le midi  |
| Pris en charge     | Pas de prise en charge possible pour le moment  |



---

**Stage de botanique pratique (3 jours) :**  
**Session 3 : automnale**  
**“Arbres, arbustes et fruits sauvages”**  
Fiche pédagogique

---

**Pré-requis :** aucun

**Objectifs généraux du stage**

A l'issue de ce stage, le/la stagiaire sera capable :

- **Reconnaître un certain nombre d'arbres, arbustes et lianes de nos haies :**
  - Acquérir les bases de l'observation et de l'identification botanique
  - Distinguer les essences remarquables de nos forêts & haies
  - Comprendre leur importance pour la biodiversité
  - Réaliser un herbier de feuilles
  
- **Distinguer les différents fruits sauvages et leur comestibilité ou toxicité :**
  - Reconnaître un certain nombre de fruits comestibles sauvages et identifier les toxiques
  - Pratiquer une cueillette responsable et respectueuse de la biodiversité
  - Réaliser quelques transformations simples
  
- **Envisager le potentiel thérapeutiques de quelques essences**
  
- **Aborder la vision permacole de la haie et des plantations en forêt-jardin :** importance des haies, intérêt des greffes sur porte greffe sauvage ...
  
- **Prendre le temps de se (re)-connecter au vivant**

Chaque jour, des temps seront consacrés à notre connexion au vivant : tressage de liens en collectif humain (prendre soin de soi & des autres, jeux, ...), rencontres sensibles avec nos amies végétales (observation, expériences sensorielles, ...)

**Durée totale**

Le stage a lieu pendant 3 jours consécutifs, soit 21 heures en présentiel.



## Modalité et délais d'accès :

Le stage est accessible sur inscription en ligne directement sur le site internet :

<https://www.alveoles.fr/botanique-pratique>

Un questionnaire préalable permet entre autre :

- d'enregistrer les coordonnées du stagiaire,
  - de connaître les expériences du stagiaire,
  - de connaître les besoins/attentes du stagiaire vis-à vis du stage,
  - de connaître le régime alimentaire (intolérance, allergie) ainsi que d'éventuels besoins en terme de handicap du stagiaire,
  - de prendre connaissance des Conditions Générales de Vente et du Règlement Intérieur des Alvéoles,
  - d'accepter de recevoir des offres commerciales ainsi que des ressources pédagogiques.
- Il est possible de se désinscrire à tout moment en adressant un mail aux Alvéoles et à travers les liens de désinscription

Une fois l'inscription effectuée, un e-mail de confirmation est envoyé à l'adresse mail renseignée.

## Lieu du stage :

L'adresse de la pépinière est : 370 Montée de Baume Rousse, Le Combet, 26400 Cobonne

Un plan d'accès est disponible sur notre site internet à l'adresse suivante :

<https://alveoles.fr/infopratiques>

**Hébergement :** Possibilité de **camper sur place sur le site de la pépinière des Alvéoles.**

Sur demande, une liste des hébergements recensés à proximité peut vous être envoyée.

**Repas :** repas tiré du sac le midi. Libre le soir.

## Tarifs :

### Frais pédagogiques :

- Frais pédagogiques avec un financement privé : 270 €

### Frais de séjour à la pépinière des Alvéoles :

- A la pépinière des Alvéoles : Il vous est proposé de camper sur place. Une participation libre et consciente est demandée. Cette aide nous permet d'améliorer les conditions d'accueil pour les compagnons qui fournissent une aide précieuse aux Alvéoles dont le maintien de la pépinière.



## Contacts et site Web

Pour les questions liées aux aspects pratiques / administratifs : [universite@alveoles.fr](mailto:universite@alveoles.fr)

Pour les questions liées au déroulé de la formation (enjeux, contenu) :

Nathalie Padée : [nath.padee@orange.fr](mailto:nath.padee@orange.fr) ou Cloé Bernat : [jardinsdecloe@ecomail.fr](mailto:jardinsdecloe@ecomail.fr)

Site internet : <https://alveoles.fr>

En cas de problème, le stagiaire peut prendre contact avec les Alvéoles :

- via la page “nous contacter” du site internet
- directement à l’adresse e-mail “universite@alveoles.fr”

## Méthodes mobilisées

**Nombre de stagiaires mini-max** : 8 à 16 personnes

### Moyens pédagogiques :

Certains ateliers se feront en petits groupes pour favoriser un apprentissage personnalisé.

Les apports théoriques seront alternés avec les sorties de terrain, temps d’observation et ateliers de transformation.

L’acquisition des connaissances théoriques d’identification des plantes se concrétisera au fil des sorties de terrain et des ateliers.

Plus précisément :

- Rencontres botaniques sur le terrain (jardin, milieu sauvage...)
- Mise en situation de cueillettes.
- Collectes de plantes pour mise en herbier individuel, voire réalisation d’un herbier photographique collectif
- Observations sensorielles, reconnaissance des formes, des organes, etc...
- Pratiques de transformations des plantes, en dispositif d’atelier.

### Matériel particulier à apporter :

- Matériel de prise de note (carnet, crayons, matériel de dessin)
- Sécateur, ciseaux, couteau type opinel
- Panier ou sac en toile, sachets papier (pour les cueillettes)
- Gant de jardinage
- Chaussures de marche, gourde, chapeau,
- Tablier
- Loupe botanique X10 (possibilité d’en acheter sur place à 10 €)



- Graine à troquer
- Vêtements adaptés à la météo
- Repas pour le midi
- Bonne humeur ;-)

## L'organisme de formation

L'**Université des Alvéoles** est un organisme de formation certifié Qualiopi, spécialisé en permaculture, agroforesterie et systèmes régénératifs. De nombreuses formations en permaculture et agroforesterie sont enseignées en ligne et en présentiel. L'Université des Alvéoles rassemble aujourd'hui une équipe multi-disciplinaires d'intervenants et d'animateurs.



## Les formatrices

**Nathalie PADÉE** - Nathalie vous invite en voyage sensible à la rencontre de nos amies végétales, ... et aussi peut-être un peu plus, de vous-même. Ayant acquis un socle de connaissances scientifiques (pharmacie, botanique, phytoaromathérapie, toxicologie cosmétique), son parcours est tissé de savoirs, d'apprentissages, de rencontres avec les plantes et de leurs usages (ethnobotanique, cueillettes sauvages, glanages, transformations végétales, vannerie, gemmothérapie, etc...) et d'émerveillements devant la diversité, la complexité et la beauté des vivants humains et végétaux

**Cloé BERNAT** - Après un parcours académique universitaire suivi de formations en permaculture et en école d'herboristerie, Cloé est aujourd'hui cueilleuse/transformatrice de petits fruits sauvages, plantes & cosmétiques naturels depuis plusieurs années. Elle anime en parallèle des balades botaniques et des ateliers afin de transmettre ses connaissances et son amour des plantes. Son savoir grandit au fil des saisons, à chaque précieuse rencontre que le végétal met sur son chemin. Accompagner les personnes à entrer dans ce monde vaste et merveilleux des plantes la touche particulièrement.



## Contenu / programme\*

Nos explorations nous conduiront à travers différents milieux, avec comme fil conducteur, la vision écosystémique permacole.

|   | Matin  | Après midi   |
|---|--|--|
| <p><i>Jour 1</i><br/><i>vendredi 29 septembre</i></p> | <p><u>9h : Accueil</u><br/><u>Cercle d'ouverture</u> / présentation du stage<br/><u>Un peu de théorie</u> : quelques critères importants à observer pour identifier les arbres et arbustes (feuille, fruit, bourgeon)<br/><u>Balade botanique</u> : Rencontrer les arbres et arbustes et s'entraîner à les reconnaître<br/>Commencer son herbier de feuilles</p> | <p><u>Balade sur les différents espaces de jardins forêts des Alvéoles</u> :<br/>Importance des haies pour la biodiversité et dans les systèmes permacoles<br/>Plantations de ces essences sauvages dans les jardins-forêts<br/>(Ex : porte greffes sauvages)</p>  |
| <p><i>JOUR 2</i><br/><i>samedi 30 septembre</i></p>   | <p><u>Cercle d'ouverture</u> / présentation de la journée<br/><u>Balade botanique dans une forêt diversifiée</u> à la rencontre des fruits comestibles et toxiques<br/>Petite cueillette durant la balade si la ressource le permet ou sur un autre site proche, après la balade</p>   | <p><i>De retour de balade :</i><br/><u>Atelier de botanique ludique</u> :<br/>- Observation de la diversité des feuilles et fruits récoltés le matin.<br/>- Eclaircissement sur la classification botanique des fruits<br/>- Réalisation collective d'une fresque botanique<br/><u>Ateliers de petites transformations</u> selon les fruits et les inspirations du moment<br/>Témoignage d'un confiturière de fruits sauvages et dégustation</p> |



|  |   |  |
|--|---|--|
| <b>JOUR 3</b><br><i>dimanche 1er octobre</i> | <u>Cercle d'ouverture</u> / présentation de la journée<br><u>Usages médicinaux des espèces rencontrées</u> :<br>Utilisation médicinales des feuilles, fleurs, fruits et bourgeons (gemmothérapie) | <u>Atelier de transformation</u> à des fins d'usage médicinal<br><u>Temps de synthèse &amp; questions/réponses</u><br><u>Validation des connaissances</u><br><u>Temps de clôture</u><br>17h30 fin du stage |
|--|---|--|

*\*Ce programme est donné à titre indicatif. Il peut varier suivant les besoins et attentes des stagiaires, les conditions météorologiques, l'évolution saisonnière de la végétation ....*

## Modalité d'évaluation

### 1. Dispositif de suivi

- Présence de stagiaires et émargement

### 2. Critères et modalités d'évaluation

- La théorie sera évaluée par un questionnaire écrit ;
- La partie pratique sera évaluée par les formatrices, par observation des gestes effectués par les stagiaires sur place.

### 3. Sanction du stage : Attestation de suivi de stage..

### 4. Satisfaction des stagiaires : Les stagiaires renseignent leur satisfaction en complétant un questionnaire à la fin de leur stage.

## Accessibilité aux personnes handicapées

Un sondage avant le stage permet notamment de renseigner si le/la stagiaire le souhaite des besoins en aménagements spécifiques liés à une situation de handicap.

