



# Formation 2021

## « Plantes comestibles et à usages »

Gentiana en partenariat avec l'Echo Sauvage propose une formation sur les plantes comestibles et à usages. Cette formation se déroule sur une journée, mais deux dates sont proposées.

Le dimanche 2 mai 2021 de 9h à 17h30

Le mercredi 9 juin 2021 de 9h à 17h30

L'encadrement est assuré par Mathilde Simon de l'Echo Sauvage

<https://lechosauvage.fr/>

**Public** : adultes à jour de cotisation à GENTIANA, 10 personnes maximum (6 minimum)

**Prix de la formation** : Inscription obligatoire à ces journées de formation auprès de Gentiana

\* Sont à la charge des participants : les frais de déplacement, les repas éventuels lors des sessions de terrain.

### Programme prévisionnel :

9h-12h : sortie terrain avec identification (critères botaniques, odorat et goût) et risques de confusion des plantes comestibles et médicinales croisées.

12h30-14h : repas partagé à la MNEI agrémenté de plantes récoltées le matin

14h-17h30 : deux cours théoriques d'1h30 avec une pause entre les deux (mécanismes d'action des plantes sur le système digestif, leurs propriétés médicinales en détail, des recettes simples pour la cuisine).  
La théorie portera sur 3 ou 4 plantes dont tous les aspects seront abordés (historique, physiologique, comestibilité et propriétés médicinales, dosages, précautions).

Le programme sera affiné en fonction du lieu de la sortie et de l'avancée du développement des plantes.

Un fascicule par personne (fourni par la formatrice), des infusions et une préparation à base de plantes sauvages

### Lieu :

- le terrain sera à proximité de Grenoble.
- La partie théorique se déroulera à la Maison de la Nature et de l'Environnement de l'Isère (MNEI) :  
5 place Bir Hakeim - Grenoble



# Bulletin d'inscription

## Formation « Plantes comestibles et à usages »

### Fiche d'inscription :

**A remplir et à retourner accompagnée d'un chèque de 80 € libellé à l'ordre de Gentiana à :**

Gentiana – MNEI – 5, place Bir-Hakeim – 38000 Grenoble

Je soussigné·e,

Nom : ..... Prénom : .....

Adresse : .....

..... Tél. : .....

Adresse électronique : .....

- Je suis adhérent-e- à jour de ma cotisation
- Je suis nouvel-le adhérent-e (Je joins un règlement pour l'adhésion 2021)

### Je m'inscris à la formation « plantes comestibles et à usages » – année 2021.

- Le dimanche 2 mai 2021
- Le mercredi 9 juin 2021
- Je joins un chèque **80 euros** à l'ordre de GENTIANA

**En cas d'absence à la formation, aucun remboursement ne sera effectué.**

Fait à : ..... Le : .....

Signature :