

## Dossier d'information

**Transmission en herbes** est un cycle d'apprentissage sur 1 an qui a pour objet de vous accompagner dans la réappropriation de la connaissance et l'utilisation des plantes sauvages. Observer la Nature, redécouvrir les remèdes traditionnels, savoir constituer sa propre « armoire aux plantes » et l'adapter au mieux pour les besoins quotidiens de la famille...

Cette proposition est née d'une vision commune. Nous sommes deux « sorcières végétales » pleines d'enthousiasme et de confiance en l'humain ; nous avons souhaité passer à l'action ... et vous accompagner à passer à l'action !

**Christelle Brandely**, Herbaliste.



« D'aussi loin que je me souviens dans cette vie, comprendre l'être humain, entrer en relation avec les animaux, et sentir les éléments m'ont attirée de façon innée. Trouver une école de Druides pour ma scolarité eut été une aubaine, mais...je suivis donc des chemins détournés et conventionnels, qui me menèrent aux métiers de l'animation. Puis sentant le besoin personnel et professionnel de me rapprocher de mon aspiration profonde, à savoir être capable de m'abriter, me nourrir et m'orienter en pleine nature, je me mettais donc en quête de connaissances et enfin en 2010 je trouvais l'école de Druides, euh enfin presque: L'École Lyonnaise des Plantes médicinales qui fut une belle et bonne aubaine. Depuis je continue à me former en décodage biologique, élixirs floraux, éthologie...Aujourd'hui je reçois en qualité d'Herbaliste et Conseillère en élixirs floraux, des individus humains, animaux, etc et propose cet atelier *Transmission en herbes* qui suit la même veine: se réapproprier des connaissances et pouvoir prendre soin de nous dans un esprit de coopération. »

**Aurélié Delayen**, Passeure de Nature.



« Petite, je courrais pieds nus dans l'herbe. Que faire dans la Nature ? Mais tout, c'était mon refuge, mon espace de liberté, mon aire de jeu. Ancré dans la Terre, mon parcours d'étudiante m'a offert le pragmatisme de l'ingénieure et la méticulosité du docteur en chimie organique. Après 10 ans de travail en recherche pharmaceutique, je n'ai guère avancé dans l'exploration du Vivant ; je choisis donc de continuer mon chemin en pleine nature. Un BTS de Gestion et Protection de la Nature, puis une formation de 2 ans aux plantes sauvages comestibles ont attisé mon émerveillement et m'invitent à explorer au quotidien la connexion sensorielle à la Nature. J'ai créé *Ô Jardin des Kamis*, jardin pédagogique écologique expérimental en 2017. Devenue Passeure de Nature, je m'engage pour propager la curiosité et l'émerveillement dans notre rapport quotidien à la Nature, aux autres et à nous-même. Différents formats d'ateliers explorant notre sensorialité pour affiner notre rapport sensible au monde sont proposés...parmi lesquelles *Transmission en herbes* où j'ai le plaisir de collaborer avec Christelle. »

## Objectifs de la transmission

- aiguïser sa perception sensorielle
- prendre conscience de la richesse végétale locale et s'accorder avec le rythme du vivant
- réactiver une mémoire de connaissance oubliée et se la réapproprier
- connaître et reconnaître les plantes sauvages locales : identification botanique, propriétés et usages
- découvrir et réaliser les techniques de transformation permettant un usage culinaire et médicamenteux des plantes
- repartir avec certaines plantes, un savoir-faire à partager et une vision élargie de notre rapport à la nature

## Déroulement

A chaque séance, nous commencerons par un réveil sensoriel qui nous permettra d'améliorer notre capacité d'observation. Puis nous étudierons en détail quelques plantes choisies (ou croisées selon l'inspiration du moment) afin de les comprendre et de découvrir les bienfaits qu'elles veulent bien nous apporter - culinaires, médicinales... Il y aura également une phase de transformation (que nous réaliserons ensemble à chaque fois, pour mieux passer à l'action !), et vous repartirez avec le fruit de notre vagabondage végétal. Des moments d'apports théoriques seront également aménagés au fil de l'année afin d'acquiescer des bases de botanique.

La transmission durera 1 an, dans les environs de La Réole (en Sud-Gironde, 33190). Les séances se dérouleront essentiellement en extérieur, afin de remettre en mouvement notre fibre végétale naturelle (mais un peu endormie...). Nous évoluerons dans différents milieux pour observer plusieurs biotopes, et nous suivrons ces paysages au cours de l'année afin de mettre en perspective leur évolution. Les phases de transformation seront réalisées dans des conditions matérielles appropriées.

## Plantes sauvages

Il y a celles qu'on sait déjà reconnaître (mais qu'on n'utilise pas, ou peu, au quotidien), il y a celles qu'on a peur de confondre, celles qu'on n'a jamais vues (enfin, on pense...). Et pourtant ! Elles sont tellement nombreuses, tellement discrètes qu'il est bien compliqué d'en dresser une liste exhaustive. Voici donc la base d'exploration que l'on vous propose...et qui évoluera au cours de l'année :

ronce, eupatoire, noisetier, achillée millefeuille, benoîte, pimprenelle, pulmonaire, ortie, vergerette, chicorée, pourpier, amarante, chénopode, pâquerette, laiteron, pissenlit, bouleau, aubépine, bambou, mauve sylvestre, plantain, ravenelle, menthe(s), lierre terrestre, tanaïse, consoude, sureau ...

Nous aborderons également la notion de toxicité : quelle plante ? à quelle dose ? pour qui ? sous quelle forme ?...

Au rythme de 2 à 3 plantes par demi-journée, vous découvrirez plus d'une trentaine de végétaux sauvages sur 1 an. Toute une richesse près de chez nous, près de chez vous !

## Techniques de transformation

Au-delà de la reconnaissance, il y a le lien qui nous rapproche du végétal et l'utilisation (consciente et bienveillante) que l'on peut faire de ce cadeau. Nous aborderons donc ensemble les principales techniques de conservation et de transformation qui vous permettront de constituer chez vous cette « armoire aux plantes » :

Séchage ; infusion & décoction ; macérâts à l'huile, au vinaigre, à l'alcool, au miel ; distillation ; lacto-fermentation ; teinture ; sirop (et confits) ; élixir floral ; pesto ; baumes ...

Comme pour les plantes, nous avons sélectionné nos recettes, remèdes et préparations préférés mais cette liste est susceptible d'évoluer au fil des rencontres et des demandes !

## 10 dates dans l'année // 6 demi-journées et 4 journées complètes // 56 heures de transmission

Les dates sont fixées à l'avance pour faciliter l'organisation de chacun. Des modifications ponctuelles pourront être apportées au cours de l'année en accord avec tous les participants.

Chaque saison présente des spécificités et des intérêts particuliers. C'est pourquoi les séances seront maintenues s'il pleut, s'il fait froid ou s'il vente. Equipez-vous en conséquence !

***Il n'y a pas de mauvais temps, il n'y a que des mauvais vêtements !***

Sam. 27 mars	<i>après-midi</i>	-- 4h --
Mar. 20 avril	<i>journée</i>	-- 8h --
Lun. 24 mai (Pentecôte)	<i>matin</i>	-- 4h --
Ven. 18 juin	<i>après-midi</i>	-- 4h --
Dim. 18 juillet	<i>journée</i>	-- 8h --
Jeu. 23 septembre	<i>matin</i>	-- 4h --
Dim. 24 octobre	<i>journée</i>	-- 8h --
Ven. 10 décembre	<i>après-midi</i>	-- 4h --
Ven. 28 janvier	<i>après-midi</i>	-- 4h --
Dim. 20 février	<i>journée</i>	-- 8h --

Lors des journées complètes, les repas seront pris ensemble sous forme d'auberge espagnole et incluront quelques plats « sauvages » que nous aurons préparés ensemble au cours de la matinée suite à la cueillette.

## Conditions de participation

Cette année de transmission est accessible à tout adulte enthousiaste de la Nature. Aucune connaissance préalable n'est requise.

Il s'agit d'une transmission construite pour vous apporter progressivement le savoir et le savoir-faire nécessaires pour vous rendre autonome dans la reconnaissance et l'utilisation quotidienne des plantes sauvages locales. Vous vous engagez donc pour 1 an. C'est un engagement envers nous pour le temps que nous consacrerons à cette transmission, envers le groupe avec lequel vous échangerez pendant 1 an, et envers vous-même dans votre chemin vers plus de « naturalité » au quotidien !

La participation financière est de 10 euros/h, soit un forfait de 560 euros pour l'entièreté de la transmission. Nous proposons un paiement en 3 fois : 200 euros à l'inscription, 200 euros en juillet et 160 euros en novembre. Tout autre étalement des paiements est possible (jusqu'à 56 fois ;-). N'hésitez pas à nous consulter.

Tout le matériel (ustensiles) et matières premières sont fournis par les organisatrices. Des fiches récapitulatives (fiches Plantes ; fiches Transformation ; fiches Théorie) vous seront envoyées suite à chaque séance. Libre à vous de constituer un herbier au fil de l'année... et prendre quelques notes supplémentaires pour ceux qui le souhaitent.

## Inscriptions

Nous sommes disponibles pour vous répondre ! Les pré-inscriptions sont ouvertes dans la limite d'un groupe de 12 personnes.

Christelle Brandely : [cbrandely@outlook.fr](mailto:cbrandely@outlook.fr) / 06.61.72.93.88

Aurélie Delayen : [ojardindeskamis@gmail.com](mailto:ojardindeskamis@gmail.com) / 06.51.47.09.40

## Fiche d'inscription

**Nom :** .....

**Prénom :** .....

**Adresse :** .....

.....

**Téléphone :** .....

**Mail :** .....

Je m'inscris au cycle d'apprentissage *Transmission en Herbes*, session 2021/2022.

L'ensemble du cycle d'apprentissage sera organisé et animé en collaboration par

- Christelle Brandely, *Herbaliste et Conseillère en élixirs floraux*  
SIREN 829389105  
contact : [cbrandely@outlook.fr](mailto:cbrandely@outlook.fr) / 06.61.72.93.88
- Aurélie Delayen, *Passeuse de Nature - Ô Jardin des Kamis*  
SIREN 813181997  
contact : [ojardindeskamis@gmail.com](mailto:ojardindeskamis@gmail.com) / 06.51.47.09.40

Je m'engage à régler la participation financière de 560 euros TTC, forfait pour l'ensemble du cycle d'apprentissage (paiement par chèque, ou espèces). Je paye la participation totale le premier jour de la transmission ; il est possible d'étaler les paiements, cependant l'ensemble des chèques doit être fournis avec des dates d'encaissement différées. Je choisis les modalités de règlement qui me conviennent le mieux (*remplir la colonne souhaitée*) :

Paiement en 3 fois

ou

Autre modalité de règlement (*à préciser ci-dessous*)

200 euros à l'inscription

200 euros au mois de juillet

160 euros au mois de novembre

.....

.....

.....

Afin de valider mon engagement de participation, je verse à l'inscription des arrhes d'un montant de 100 euros. Les arrhes sont fournies sous forme d'un chèque (ordre Aurélie Delayen) qui sera conservé et vous sera restitué le jour de la première session. Le chèque d'arrhes ne sera encaissé que si vous annulez votre participation avant le début de la formation, à l'exception de cas de force majeure.

### Droit à l'image.

- J'accepte la prise de photographies sur lesquelles j'apparais, et leur diffusion sur les supports de communication ayant pour unique objectif de mettre en valeur l'apprentissage *Transmission en Herbes*.
- Je refuse la prise de photographies sur lesquelles j'apparais, et leur diffusion sur les supports de communication ayant pour unique objectif de mettre en valeur l'apprentissage *Transmission en Herbes*.

L'inscription est effective à réception de la fiche complétée et signée, accompagnée des arrhes (adresse : Aurélie Delayen, Ô Jardin des Kamis, 1 lieu-dit Marcha 33190 Saint-Sève, ou remise en mains propres).

Nous comptons sur votre présence autant que possible tout au long de l'apprentissage pour favoriser la dynamique du groupe !

Lu et approuvé le .....

Signature