

Objectifs :

- Apprendre à identifier les principales plantes sauvages comestibles.
- Découvrir les propriétés nutritionnelles.
- Acquérir les techniques de cueillette durable et sécurisée.
- Apprendre à utiliser les plantes sauvages dans des recettes simples et savoureuses.

Durée : 7 heures

Public visé : Agents d'accueil, personnel des parcs nationaux et régionaux, agents territoriaux, écogarde, guide nature, associations, animateurs nature, guides naturalistes, particuliers

Niveau requis : Botanique niveau 1 souhaitable

Formateur : Vincent Blondel, guide naturaliste, médiateur scientifique, botaniste de terrain, spécialisé en ethnobotanique, fresqueur

Evaluation des acquis : questionnaire de fin de journée

Documents :

- Contrat de formation
- Programme de formation
- Support pédagogique
- Attestation de formation

Matériel requis : carnet de note, crayon, Chaussures adaptées à une sortie terrain, chapeau, eau.

Matériel fourni : Loupes de botanistes

Nombre de stagiaires : 15

Date : à définir

Lieu : à définir

Programme

Matinée (9h30-12h30) – En salle

- Rappel des notions de botanique
- Histoire de la cueillette
- La toxicité des plantes
- Les avantages nutritionnels
- Réglementation de la cueillette
- Identification des principales plantes
- Idées de recettes

Repas (12h30 – 13h30)

Après-midi (13h30 – 17h30) – Sur le terrain

- Identification des plantes
- Méthode de cueillette et de la conservation
- Elaboration d'une recette à partir des plantes cueillies.

Méthode pédagogique

La pédagogie est essentiellement participative. Pendant les cours magistraux, des questions sont posées et la participation de chacun est attendue. Les sorties terrains font intervenir les sens et doivent susciter les interactions entre les participants. Des projets collaboratifs sont engagés pour expérimenter le partage de la connaissance et de l'expérience. De même qu'une étude de cas qui peut être proposée. Un questionnaire/QCM/quizz est soumis en fin de formation (évaluation formative). Une approche globale de la démarche scientifique est proposée. Enfin, et selon les thématiques, des changements dans les comportements de vie des stagiaires sont attendus.