



# Connaître et utiliser les plantes, simplement, avec Fabrice Gast

(Pour tous niveaux)

Les 12 et 13 Novembre 2016 de 9h à 17h [Aux Cabanes S en Ciel](#)

Lieu-dit Melkerhof – 68590 Thannenkirch

(Site consacré au stage durant les 2 jours)

Etamine et Pistil

## Programmation

### SAMEDI

Qui sont les plantes, où poussent-elles et comment les cueillir ?  
Initiation à la botanique théorique (en salle) et identification (sur le terrain)  
Cueillette et ballade avec les plantes dans leur milieu

### DIMANCHE

Comment transformer les plantes, simplement, chez soi ?  
Enseignement à l'utilisation des plantes fraîches, le séchage, la macération, la  
décoction,  
les formes galéniques, les teintures mères, les alcoolatures...

#### Partie pratique :

Fabrication d'un baume  
Distillation d'huile essentielle et hydrolats

#### Se restaurer et se loger

Pour le midi, nous vous proposons, un repas à base de plantes sauvages\* ou d'apporter votre repas tiré du sac

Pour le petit-déjeuner et le repas du soir, voir avec [Les Cabanes S en Ciel](#)

Possibilité d'hébergement sur place. Réservation auprès du site Les Cabanes Essentielles (9 personnes en lits simples ou 15 personnes en lit double)

#### Tarifs :

Prix du stage : 70€ par jour et par personne (tarifs réduits, voir avec Fabrice Gast)

Réservation obligatoire par mail

(l'inscription sera effective à la réception d'un chèque de 20€ d'arrhes)

\*Repas du midi : 12€ par jour et par personne (à préciser lors de la réservation)

Nombre de participants : 8 à 16

#### Contacts :

Fabrice Gast au 06 42 24 65 30 ou [etamine\\_et\\_pistil@yahoo.com](mailto:etamine_et_pistil@yahoo.com)

Les Cabanes Essentielles au 06 08 98 66 73 ou 03 89 58 61 08

<http://www.les-cabanes-essentielles.fr>