

Stage Transformations et Usages des Plantes Sauvages et Médicinales



**Cueillette/Élixirs floraux /Hydrolats et Huiles essentielles/
Teintures mères/Macérats glycéринés/Macérations huileuses**

Avec Baptiste de *Menthe et Mélisse* (<https://www.mentheetmelisse.fr/>) et Christine (<http://www.la-champagne.eu/>)

09/10/11/12 Juillet 2018

Du lundi soir au jeudi midi

375€/pers

**(Formation, Matériel,
Hébergement et Repas compris)**



**Là-haut sur la montagne du Jura
Gîte à L'Alpage *La Champagne***

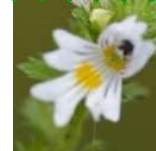
Sur les hauteurs des HÔPITAUX NEUFS & VIEUX 25370



Christine Delcey-Moulet  **06 89 22 30 14**



Descriptif du stage juillet 2018 au Chalet *La Champagne* Transformations et Usages des Plantes Sauvages et Médicinales Du lundi 09 juillet au soir au jeudi 12 Juillet midi



1. **Lundi soir** : Accueil, répartition dans les chambres 1, 2 à 3 personnes, pot de bienvenue et échanges

Chaque jour : Petit déjeuner en self-service/ Repas de midi et soir plutôt végétariens préparés par Laurent et agrémentés par nos éventuelles cueillettes et **ce que chacun aura apporter pour le plaisir de partager avec les autres. (Boissons, légumes et fruits de son jardin, produits maison...)**

Plusieurs ateliers de transformations par petits groupes seront possibles selon les préférences de chacun. Des livres et du matériel seront mis à disposition dans le gîte pour les stagiaires.

Selon le choix et la demande des participants, le sauna au feu de bois agrémentera les soirées (prévoir vos serviettes et maillot de bain)

2. **Mardi** : Présentation du stage par Baptiste de *Menthe et Mélisse* (<https://www.mentheetmelisse.fr/>) et Christine du chalet La Champagne (<http://www.la-champagne.eu/>) : Cueillettes/Élixirs floraux /Hydrolats et Huiles essentielles/Baumes/Macérats glycérolés /Teintures mères /Macérations huileuses...

- **Cueillette sur le terrain en vue d'une distillation le lendemain.** Mise en pré fanage de la plante choisie
- Éléments théorique et échanges sur les bonnes pratiques de cueillette, la gestion pérenne des sites, les différents labels (le local, le BIO, l'artisanal, le conventionnel, l'industriel). Comment s'y retrouver pour repérer un produit de qualité ?
- **La macération huileuse** : cueillette et mise en macération d'une fleur à définir ensemble (millepertuis ? Pâquerette ? Brunelle ?)
- Description de la suite du procédé ou réalisation en collectif à partir d'une macération « prête à filtrer » préparer l'avance par nos soins.
- Repérage ou cueillette des plantes pour d'autres transformations : **élixirs floraux**, plantes culinaires....

3. Mercredi

- Mise en place de la distillation
- Échanges autour des différents procédés et des qualités qui en résultent
- Les types de cultures et de récolte : le manuel, le mécanisé
- Sous la forme d'une parenthèse pendant que la distillation se termine : exposé vidéo projecteur sur les techniques de séchage des plantes, les conséquences en termes de taux de principes actifs (lumière, chaleur, temps de séchage, action du temps...).
- Décantation du distillat (avec le matériel de Baptiste : essencier, ampoule à décanter, filtres etc....)
- Filtration et mise en flacon
-
- **Les teintures mères et macérats glycérolés** : présentation des protocoles de fabrication, les concentrations (comprendre les différences de fabrication entre un macérat mère, un macérat réglé et une dilution type 1DH et homéopathique)
- Terrain : identification et récolte de la plante (on peut même choisir le jour J avec les participants)
- Réalisation de TM sur le terrain dans les règles de la pharmacopée (matériel stérilisé : balance, bocaux, peson...) (600g de plante environ)
-
- **Élixirs floraux** : protocoles de fabrication, choix de la plante et des ingrédients, dilution et mise en flacon.
-
- Informations sur d'autres types de fabrications (baumes, fermentations, lactofermentations, recettes ...)
- **Fabrication d'1 baume** 100% nature en y intégrant l'huile essentielle...
-

4. Jeudi matin :

Échanges, récapitulatif des différentes transformations et recettes élaborées pendant le stage, questions diverses...

Les participants repartent avec un flacon d'hydrolat et d'huile essentielle issus de la distillation, un flacon de l'alcoolature ou de macérat glycérolé, un baume et un flacon d'élixir floral.

Coût du stage 375 € (Formation, Matériel, Hébergement et Repas compris)