

Des ateliers nature

Se nourrir, se soigner, peindre ou jouer avec les plantes

Des cycles ou ateliers ponctuels d'observation et de reconnaissance des plantes comestibles, médicinales ou tinctoriales à leurs différents stades. Vous apprendrez à vous en servir en cuisine, comment faire des remèdes du quotidien ou encore découvrir leurs usages au jardin et dans l'artisanat.

- Balades arbres et plantes sauvages
- Herboristerie
- Cuisine sauvage
- Créations buissonnières
- Peinture végétale



Tarifs : en fonction de l'atelier, de 15 € à 70 €.
1/2 journées.

Des cycles de formation

2 cycles : Découverte ou approfondissement en herboristerie

Les cycles de formation permettent d'approfondir un sujet sur plusieurs journées. Au rythme des saisons, nous apprenons à faire alliance avec la Nature selon son calendrier cyclique. Ici, il s'agit d'acquérir des connaissances, des savoir-faire et savoir-être, d'observer, d'identifier, de réaliser ses remèdes en fonction des saisons et en lien avec les différents systèmes du corps (ostéo articulaire, digestif, nerveux ...).

Tarifs :
Cycle 4 journées : 310 €
Cycle 10 journées : 710 €
Journées entières.

Des stages

Plantes et bien-être

Sur 2 ou 3 jours, alliez connaissance de soi et connaissance des plantes avec 2 intervenant.e.s.

- Hiver : Stage Racines. À la rencontre du monde végétal et de nos lignées ancestrales.
- Printemps : Stage Bourgeons. Rencontrer les bourgeons (gemmothérapie), (re)naître à soi-même : puissance et délicatesse.
- Été : Stage Feuilles et Fleurs. Cueillir, cuisiner, se soigner et se détendre avec les plantes.
- Automne : En cours de création Stage Fruits.

Tarifs : De 250 € à 400 €
2 ou 3 jours.

Des inventaires nature

Chez vous !

Nous réalisons avec vous, un inventaire des arbres, des plantes sauvages et cultivées aux vertus nourricières, guérisseuses ou tinctoriales.

L'inventaire comprend :

- une sortie d'identification.
- une « balade restitution ».
- un atelier pratique de cuisine ou préparation d'un remède.

Tarifs : sur devis

L'animatrice

Frédérique Pédron-Deroche est animatrice nature, formée en herboristerie et médiation artistique avec des outils de gestalt-thérapie. Elle est passionnée du végétal et a développé une approche sensible qu'elle aime partager aux curieux de Nature.



Agenda des animations 2024

Ateliers nature plantes sauvages
Formation herboristerie . Stages
Inventaires . Évènements



des graines
et des brouettes

Agenda* 2024

Ateliers 1/2 journée
Formations . Stages
Évènements au jardin

Janvier

- 18, 20, 25, 27 : Baume aux plantes réchauffantes

Février

- 10, 23 : Plantes du système rénal
- 11 : Fête du retour à la lumière (feu, contes, crêpes)
- 22, 24 : Sève de bouleau
- 28, 29 : Peinture végétale

Mars

- 1er et 2 ou 5 et 6 : Stage bourgeons
- 14, 23 : Initiations gemmothérapie
- 15, 16 : Plantes du système hépato-biliaire
- 18 : Herboristerie de printemps
- 21 et 22 : Stage bourgeons

Avril

- 4, 14, 19, 25 : Apéro sauvage
- 5, 7, 27 : Baumes et lotions de printemps
- 6, 12 : Plantes du système oculaire
- 9 : Herboristerie de printemps
- 11, 20 : Jeunes pousses comestibles et potions
- 23 : Zoom aubépine
- 26 : Peinture végétale

Mai

- 4, 24 : Plantes du système cardiovasculaire
- 8, 17, 25, 30 : Apéro sauvage
- 16 et 18 : L'ortie et le sureau
- 26 : Balade chantée Secrets des bois (matin)

Juin

- 1er, 28 : Baume anti-piqûres et apaisant
- 7, 8 : Plantes du système digestif
- 13, 23, 25 : Remèdes de plantes du solstice d'été
- 14, 20, 29 : Herbes et fleurs comestibles
- 17, 25 : Boissons aux plantes sauvages
- 24, 27 : Trousse de secours au naturel

Juillet

- 2, 16 : Herboristerie d'été
- 3, 23, 30 : Balade «Faire son remède anti-piqûres»
- 4, 6, 15 : Lotion antiseptique, vinaigre médicinal
- 5, 27 : Plantes du système hormonal
- 9, 10 et 11 : Stage d'été Feuilles-fleurs
- 13, 17 : Pestos et boissons aux plantes sauvages
- 19, 20 et 21 : Stage d'été Feuilles-fleurs
- 24 : Peinture végétale

Août

- 1, 2, 21, 22 : Boissons et vinaigre aux plantes
- 27 : Créations insolites argile et plantes
- 28 : Peinture végétale

Septembre

- 15, 17 : Baume apaisant pour le cœur et la peau
- 20 : Spectacle «Vivant» / Cie À travers champs
- 23 : Détox de l'équinoxe
- 27, 28 : Plantes du sommeil

Octobre

- 8, 14 : Herboristerie d'automne
- 12, 17 : Arbustes nourriciers, guérisseurs, des bois
- 11, 19 : Plantes de la peau
- 24 et 25 : Stage Fruits et graines
- 27 : Cuisine et remèdes d'Hildegard de Bingen
- 28 : Peinture végétale

Novembre

- 2 et 3 : Stage Racines
- 9, 21 : Plantes immuno-stimulantes pour l'hiver
- 10 : Soirée Les bons contes font les bons amis
- 8, 16 : Plantes du système respiratoire
- 11 : Racines guérisseuses
- 18 et 19 ou 23 et 24 : Stage Racine

Décembre

- 5, 10 : Herboristerie d'hiver
- 7, 12, 16, 19, 20, 27 : Baume de Consoude
- 6, 14 : Plantes du système ostéo-articulaire
- 21 : Fête du Solstice d'hiver



des graines
et des brouettes
Association loi 1901

🏠 Kermoban 56250 La Vraie-Croix

Sorties sur place ou sur sites

☎ Tél. 02.90.99.22.53 ou 06.01.76.10.72

✉ desgrainesetdesbrouettes@gmail.com

📘 des graines et des brouettes

desgrainesetdesbrouettes.fr

Retrouvez les informations utiles (descriptif, lieux, horaires...) sur notre site internet et inscrivez vous à notre newsletter !

★ Notre agenda est susceptible de changer. Retrouvez les mises à jour sur notre site internet.

Nous participons au programme «Morbihan Grandeur Nature» : vous trouverez le détail des sorties gratuites de mai à novembre sur le site du département.

L'association

Nous vous accompagnons au cœur de la nature afin de développer votre sensibilité au végétal tout en vous initiant à l'univers fascinant des arbres, des plantes sauvages et cultivées, à travers leurs usages ancestraux et actuels. Nos activités sont adaptées à tous, débutants ou confirmés.



Ne pas jeter sur la voie publique