

21 janvier 2015
Rencontre avec Laurence Chesneau-Caron
Animation Phyto
Compte-rendu

Le 21 janvier 2015, Gilbert Robin, Yolande Vallez et Annie Lefièvre ont rencontré Laurence Caron afin de réfléchir ensemble sur une formation en phytothérapie à mettre en place pour l'année 2015-2016.

Une première ébauche ressort de cet entretien, à savoir :

- Organisation des ateliers en fonction des saisons : Automne, hiver, printemps, été
- Deux journées par saison : étude d'une plante par journée
- Deux parties distinctes par journée : atelier pratique et atelier théorique (Cueillette de la plante -Etude des principes et des vertus thérapeutiques – confection d'une préparation)
- Nombre de participants : 12/15 maxi – 10 mini

AUTOMNE : préparation d'une teinture mère et d'un baume

1^{ère} journée

10 Octobre 2015 : la bardane : affections de la peau et diabète

Balade botanique et découverte de la bardane et d'autres plantes dépuratives de la peau (acné, eczéma, psoriasis, dartre...)

A noter que la bardane est une plante bisannuelle. Il faut utiliser la racine de la 1^{ère} année seulement.

Préparation de soupe et de teinture mère de bardane.

2^{ème} journée

20 Novembre 2015 : la grande consoude : réparation de la peau, traumatisme, chute

Présentation de la grande consoude, de ses constituants, de ses nombreuses utilisations (ulcères variqueux, brûlures, psoriasis, entorses...)

Récolte, nettoyage et préparation de la grande consoude.

Réalisation d'un baume et de la soupe à la grande consoude.

Printemps : la gemmothérapie et préparation d'un sirop

1^{ère} journée

23 Mars 2016 : le cassis : circulation, anti-inflammatoire, arthrose

Présentation de cette thérapeutique basée sur l'utilisation des tissus végétaux embryonnaires.

Intérêt particulier porté sur le cassis et quelques autres plantes soignant l'arthrose.

Fabrication d'un macérat glycérolé.

Lieu : chez Laurence

2^{ème} journée

23 Avril : plantain lancéolé, lierre terrestre et primevère officinale : toux

Balade de reconnaissance des plantes puis fabrication du sirop à partir de ces plantes macérées la veille par mes soins.

Notions sur le séchage des plantes