

21 janvier 2015

Rencontre avec Laurence Chesneau-Caron

Animation Phyto

Compte-rendu

Le 21. janvier 2015, Gilbert Robin, Yolande Vallez et Annie Lefèvre 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

1ère 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 1ère année seulement.

Préparation de soupe et de teinture mère de bardane.

2ème 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

1ère 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 glycéro.

Lieu : chez Laurence

2ème journée

**23 Avril 2016 : 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

Gilbert fournira également la racine d'aune séchée pour la confection d'un sirop.

**ETE** : huiles végétales

**25 Juin 2016 : pâquerettes, grande camomille et calendula : torticolis, douleurs rhumatismales, brûlures**

Balade de reconnaissance des plantes, cueillette et fabrication des huiles végétales.

Exposition de leurs diverses vertus.

Tarif : pour le baume, la teinture mère et le macérat glycéro: **35 euros** (adhérents) et **40** (non-adhérents)  
pour les autres ateliers: **30 euros** (adhérents) et **35 euros** (non-adhérents)