

Bulletin d'inscription 2025-2026 Ateliers Plantes à Allevard

Balade Nature - dimanche 13h30 à 16h30

Dates : 19 Oct 2025, 22 Fév & 19 Avr 2026

- ☐ Je m'engage pour 3 sorties : 80 €
- ☐ Je m'inscris à **une seule sortie 30€** le : ____/____/____

Plantes & Herboristerie - dimanche 9h30 à 16h30

Dates : 21 Sep 2025, 15 Mar & 31 Mai 2026

- ☐ Je m'engage pour 3 ateliers : 150 €
- ☐ Je m'inscris à un **seul atelier 55€** le : ____/____/____
- ☐ Je m'engage à **l'année sur les 6 ateliers** : 220 €, règlement en

plusieurs fois sur demande.

Montant total du règlement : €

Règlements par chèque à l'ordre de 'O Jardin des Arts et de Soi' ou en espèces

Nom : _____ Prénom : _____

Adresse : _____

Code postal : _____ Ville : _____

Tel : ____/____/____/____/____ Mail : _____@_____

Fait à _____, Le _____

Signature

Descriptif Ateliers Plantes

Au fil des saisons, aller à la rencontre des plantes, suivre leur évolution, se laisser guider par ses ressentis et redécouvrir notre lien avec le monde végétal. Etudier leurs propriétés et leurs usages thérapeutiques ou culinaires souvent ancestraux, afin de les utiliser avec conscience, et respect. Transformer ces merveilles végétales pour préserver sa santé.

Balade Nature

Sorties terrain à la rencontre des plantes locales, critères de reconnaissance et signes de distinction, usages culinaires et qualités thérapeutiques. Notion de botanique et approche sensorielle : se laisser guider par son intuition et ses sens pour mémoriser le végétal.

A la demi journée

Plantes & Herboristerie

Une journée dédiée à l'étude des plantes, leurs propriétés et leurs usages, qui allie **sorties terrains** décrites ci-dessus et **atelier d'herboriste** : vous réaliserez et repartirez avec vos préparations (tisanes, alcoolatures, baumes, macérâts.....).

Accessible à tous, nous adaptons nos interventions en fonction des profils. Matériel et support écrit de stage fournis.

Lieux des balades terrain: Allevard et environs (rayon de 30km)

Toute inscription est ferme et définitive, En cas d'abandon, ou absence aucun remboursement ne sera effectué