



## Herboristerie : Choisir son mélange de plante pour créer sa tisane

**Maître de stage : Leïla Si Moussa** produit des tisanes depuis une dizaine d'années en région nantaise à Brains et au Pellerin. Son dada : la cueillette sauvage pour ce que cela fait vivre de brut et d'originel ; et les cours théoriques, pour la transmission de savoirs, les théories et la joie de la connaissance. Elle aime mêler avec élégance les traditions populaires, le savoir livresque et ses expériences de terrain pour parler des plantes.

**Lieu : à LE PELLERIN (44)**

### Descriptif

Vous visiterez le jardin de plantes médicinales cultivées par Leïla, qui vous parlera tant de l'usage que de la culture de ses plantes à tisanes. A son séchoir, elle vous initiera aux actions médicinales des plantes et aux possibilités de les mélanger entre elles, afin d'obtenir la tisane souhaitée. Elle vous livrera tous ses secrets pour bien savoir concevoir une tisane, vous aurez toutes les clés pour réaliser chez vous vos propres mélanges !

### Programme

#### Théorie :

- Accueil au séchoir de Leïla et autour d'une tisane,
- Objectif de chaque participant en fonction de l'action médicinale recherchée,
- Clefs de botanique et de phytothérapie,
- Règles générales pour le mélange entre les plantes.

#### Pratique :

- Création pour chacun du mélange de plantes choisies.

**=> Repartez avec votre mélange de plantes, adapté à votre objectif !**

**Matériel :** prévoir un bon pull, le séchoir n'est pas chauffé !

### Conditions

**Nombre de stagiaires mini/maxi : 4-6** **Durée : environ 3 heures sur 1/2 jour**  
Pas de prérequis nécessaire pour cet atelier

Horaires	Tarif/personne
de 10h à 13h	<b>Prix CHAPÔ :</b> <b>20€ = PRIX DE BASE à régler lors de votre inscription</b> (matières premières, frais logistiques...) <b>+ PRIX DE CONSCIENCE à verser sur place</b> (la rémunération pédagogique du formateur est laissée libre, cela permet de mutualiser les moyens pour que chacun ait accès à la formation !)

**Le nombre de places étant limité, merci de réserver votre place.**

Voir modalités dans le bulletin d'inscription ou demander à :

[association@eco-formation.org](mailto:association@eco-formation.org)