



# Cueillette sauvage: mise en bouche et en bocal

## - Trésors d'Automne -

**5 journées de formation sur les plantes sauvages comestibles et médicinales**

### Après ces 5 journées de formation, vous saurez :

- ❖ Reconnaître avec certitude 25 plantes comestibles et médicinales et apprendre leurs propriétés.
- ❖ Transformer cette superfood sauvage en cuisine gourmande de tous les jours.
- ❖ Créer une pharmacie pour vous et votre famille en vous appropriant les différentes techniques de fabrication de macérât, baume, teinture et tisane.
- ❖ Comment conserver les nutriments et les saveurs par différentes méthodes.
- ❖ Et vous ramènerez vos préparations à la maison !

Rejoignez-nous pour croquer à pleine dent les fruits, les graines et les racines d'automne!

### Quand?

Les dimanches  
28 août, 11 septembre,  
2, 9 et 30 octobre 2022  
de 10h à 15h30.

### Où?

Dans les champs, les forêts  
et les refuges du Gros-de-Vaud  
et du Jorat.

### Prix?

750 CHF pour les 5 journées  
(10% rabais étudiants, AVS).

### Y compris?

Sac de cueillette, livre botanique,  
support de cours, matériel  
nécessaire à la fabrication des  
préparations.

**Inscriptions:** [www.herbettes.ch](http://www.herbettes.ch)

**Infos:** Vaida Auzelyte 076 358 50 90/ [vaida@herbettes.ch](mailto:vaida@herbettes.ch)  
Murielle Borel 079 676 61 93/ [murielle@herbettes.ch](mailto:murielle@herbettes.ch)

