

Bonjour à tous et toutes

Voici enfin ce projet de formation pour cette année 2019 concrétisé.

Celle-ci s'étalera sur presque une année, où nous étudierons à la fois le milieu méditerranéen côtier et colinéen, l'arrière pays et tous les étages montagnards. Elle se déroulera sous forme de week-end où de journées, un par mois en moyenne, de début mars à début novembre.

Il s'agit d'une formation de terrain. Les plantes seront abordées, telles qu'elles se présenteront à nous au cours de nos déplacements. Ce sont ces rencontres qui tisseront le fil de la journée. Nous pourrons tout aussi bien parler de biologie, de classification, de physiologie, de reproduction, d'adaptation, de phytosociologie ou de tout autre sujet connexe. Les propriétés médicinales et alimentaires seront particulièrement approfondies.

Nous aborderons systématiquement les choses sur un plan ethnobotanique, c'est à dire en privilégiant les plantes avec lesquelles, les hommes entretiennent ou ont entretenu une relation liée à un usage. On parlera de santé et de médecine, d'alimentation et d'agriculture, de drogue et de poison, d'artisanat, de sorcières. Lors des week-end, nous prendrons le temps pour quelques interventions « en salle », pour parler des principales familles par exemple...

Il ne s'agit pas d'apprendre systématiquement le nom de toutes les plantes que nous croiserons. J'en suis bien incapable.

Il s'agit d'acquérir les connaissances fondamentales indispensables pour évoluer et poursuivre son chemin dans le monde des plantes. Nous apprendrons à identifier par exemple les plantes au niveau des familles, souvent des genres mais seulement pour les espèces « ethnobotaniques » au niveau du nom d'espèce.

Notre région nous offre l'immense privilège d'un printemps qui dure quatre mois, depuis la mer jusqu'à la haute montagne. Des possibilités de cueillettes innombrables...près de quatre vingt pour cent de la flore française.

Mon objectif est qu'une personne ayant suivi le cycle complet ait acquis toutes les connaissances fondamentales pour pouvoir approfondir le sujet de son choix dans le monde de l'ethnobotanique de façon parfaitement autonome.

PROGRAMME

Samedi 2 MARS : Sortie journée dans l'Estérel, région du cap Dramont.

Nous évoluerons sur terrain acide, dans un maquis très proche du maquis Corse. Les plantes en repos l'été devraient être encore épanouies. Nous parlerons des plantes xérophytes (xéros/sec), de respiration et de transpiration, de pression osmotique, d'épines et de poisons, de classification.

Une première journée en milieu méditerranéen où nous apprendrons aussi à différencier les arbustes les un des autres ce qui nous prendra un peu de temps. Les paysages rocheux côtiers sont somptueux et abritent de nombreuses espèces qui se jouent des embruns, dont certaines gourmandises...

Samedi 30 mars : Sortie journée dans l'arrière pays de Menton.

Cette fois-ci c'est dans un milieu méditerranéen à dominante calcaire que nous allons évoluer. Ce sera une journée salade sauvage et petite fleurs de printemps, pousses d'ail et jeunes labiacées. Nous continuerons d'étudier le maquis et ses arbustes qui comptent de nombreuses bonnes médicinales.

Samedi 13 avril : Sortie journée dans l'arrière pays, lieu non déterminé et dépendant de le météo ce printemps.

Samedi 18 et Dimanche 19 mai : Week-end à Saorge et à St Dalmas de Tende dans la vallée de la Roya

Le printemps est là dans les hautes vallées. C'est l'abondance de feuilles vertes. Nous cuisinerons ensemble le repas du soir et du lendemain midi à partir de nos cueillettes. Des pousses d'innombrables et adorables petites plantes nous invitent à toucher, sentir, goûter...

Samedi 15 et Dimanche 16 juin : Week-end à Casterino.

L'abondance continue. Nous cuisinerons encore mais cette fois-ci tout au feu de bois. Nous découvrons de nouvelles espèces notamment d'arbres. Beaucoup de médicinales apparaissent. Il n'est pas de printemps plus vert, plus prometteur, plus égayant qu'à Castérino.
Nuit sous tente.

Samedi 7 et Dimanche 8 septembre : Week-end à La Brigue.

Nous irons glaner chez nos amis maraîchers ces chers « adventices » qui font le régal des palais sauvages, le long des sentiers ou de la rivière. J'ai de nombreux amis éleveurs ou maraîchers dans cette vallée, nous irons nous promener où bon nous semble...Nuit sous la tente à Boseil. Cueillette, Cuisine et repas partagé avec les habitants de ce merveilleux endroit.

Samedi 9 et Dimanche 10 novembre : Week-end à St Dalmas de Tende.

Nous consacrerons ce week-end à la réalisation de baumes, à la préparation de tisanes (nous pourrons mettre en commun et partager nos cueillettes d'automne), à la cueillette de petits fruits. L'hiver s'installe, mais la nature regorge de petites niches où on peut encore glaner. Beaucoup d'arbustes arborent de belles grappes de petits fruits. La nature qui se prépare pour l'hiver est pleine de poésie.
Nous profiterons de ma maison pour aborder tous les sujets ou questions en suspend...

QUESTIONS DIVERSES

Matériel :

- Si vous souhaitez prendre des notes, prévoyez un cahier rigide, des stylos de couleurs.
- Pour ceux qui veulent faire un herbier de sorties, vous pouvez prélever une feuille, un fruit et le coller sur votre page avec du scotch...La photo est un bon moyen mais il faut noter les numéros des photos sur un carnet et noter le nom de la plante. Vous pouvez enregistrer si vous voulez mais ça faire un paquet d'heures à gérer...
- D'une manière ou d'une autre choisissez la méthode que vous voulez mais il ne faut pas qu'elle accapare toute votre attention. Faites simple.
- Vous l'avez compris, nous serons dehors. Chacun devra se munir d'un équipement de randonneur (chaussures, sacs à dos, veste imperméable, duvet, gourde, couteau, sac de cueillette...)

Nuits et repas

- Pour les nuits sous tentes, vous pouvez emporter votre matériel mais je peux vous en prêter (tentes, matelas et duvets). Je m'occupe aussi du matériel de cuisine et de la

vaisselle. En cas de temps trop désagréable, pour les sorties dans la haute roya, nous pourrons loger et cuisiner chez moi. L'hébergement et la mise à disposition du matériel est à prix libre.

- Lors des sorties à la journée, chacun apporte quelque chose et on met en commun.
- Lors des week-end, je prend en charge tous les repas sauf le premier pique-nique. Nous cuisinerons ensemble des plats très simples à base de plantes sauvages mais aussi une ou deux recettes plus élaborées. Le montant de la participation pour ces repas apparaît dans le prix du séjour (voir plus bas).

Principes de la formation

- Le principe de cette formation est d'accumuler une expérience concrète et pratique d'identification, de cueillette, d'utilisation des plantes. Elle s'adresse à des personnes débutantes ou non désireuses d'acquérir les bases indispensables en botanique et en ethnobotanique.
- Lors des sorties, je vais beaucoup parler des propriétés médicinales ou autres des plantes. Nous allons voir beaucoup d'espèces différentes. Le meilleur moyen de vraiment fixer ces connaissances dans votre mémoire, c'est de retourner seul sur le terrain, le plus souvent possible, pour observer, cueillir, identifier...

Prix

Le prix de la formation est de 450€ par personne pour trois journées et quatre week-end. Il est possible de ne participer qu'à une partie de la formation, dans ce cas le prix des journées est de 65€ et celui des week-end 125€

Le montant de la participation aux frais pour les week-end, soit repas du soir, petit déjeuner et repas du midi du second jour est de 25€ par personne et par week-end.

La formation ne sera engagée qu' à partir de 5 participants.

ALAIN CRETON

Quartier Sagge

06430 ST DALMAS DE TENDE

06 89 84 48 04