



## *L'appel du végétal*

" Curieusement sauvage "

Rencontre avec les plantes sauvages

Amélie Boursier - Animatrice Nature dans le Maine et Loire  
06.21.16.52.77 - lappelduvegetal@gmail.com - lappelduvegetal



Éducatrice nature depuis 16 ans, je me suis lancée depuis janvier 2021 en créant ma micro-entreprise d'éducation à l'environnement. Mes animations, ateliers ou sorties se nourrissent du végétal qui nous entoure.

Jouer, découvrir, manger, créer avec les plantes sont tellement de façons de transmettre en leur compagnie. Petits et grands, ou simples curieux, j'essaye de transmettre ce goût unique de la nature en m'adaptant aux publics qui m'entourent.

### Mon accompagnement avec le grand public et les familles

Je souhaite à travers mes animations accompagner les familles en créant ou en recréant du lien avec la nature.

Ce lien, qu'il soit fort ou peu présent en fonction de nos activités, est immuable. Il est riche de rencontres, de découvertes et d'émerveillements.

Je propose des animations sensorielles au rythme des saisons, des ateliers créatifs pour laisser place à l'imagination et des ateliers où les plantes se racontent.

Portée de mes actions :

- être dehors
- être en lien avec les saisons
- éveiller ou réveiller ses sens
- raconter
- faire émerger son brin créatif

## Sortie découverte

- présentation du lieu de la balade
  - précautions de cueillette
- découverte des plantes sauvages comestibles (8 à 10 espèces)
- utilisations culinaires, bien-être, outils, tinctoriales
- histoires de plantes

Durée : 1h30  
Nombre de places : 15 pers.

## Atelier cuisine sauvage

- accueil et présentation
  - outils de cueilleurs
  - cueillette/glanage
- cuisine avec une entrée, un plat, un dessert et une boisson
  - cahier de recettes

Durée : 3 heures  
Nombre de places : 8 pers.

## Nature en famille

Jouer et créer du lien avec la nature

Durée : 1h30  
à 2h

Ressentir : rythme des saisons, éveil des sens, curiosité, cueillette/touché/glanage, observation (couleurs et textures), écoute des sons - des sensations

Créer : tableau végétal, papier recyclé, crayon fusain, empreintes végétales, jouets buissonniers, couronnes, land'art, encres et peintures végétales

Raconter : jeu de mots, histoires de plantes, coutumes et citations, les noms et les régions, les outils et les utilisations

## Causeries végétales

Accueillir les plantes sauvages comestibles dans sa cuisine

Durée : 1h30  
En soirée

- place des plantes dans nos écosystèmes, rôles
- relation de l'homme avec les plantes, cultures et traditions
- intérêts pour l'homme (observation de la biodiversité, rythme des saisons, contact avec la nature) et autonomie alimentaire
  - précautions liées à la pratique de la cueillette

# Informations pratiques

Pour aller plus loin : chaque structure ou chaque groupe a son ambiance, son arôme, ses senteurs, ses vibrations et ses couleurs : nous pouvons discuter et adapter les animations qui seront les vôtres

## Tarifs :

- sortie découverte : prix libre et en conscience  
ou 10€ par personne  
à définir
- cuisine sauvage : 40€/personne
- causeries végétales : 10€/pers - groupe de 25 personnes max
- nature en famille : 8€/adulte - 5€/enfant de 5 à 12 ans  
avec un groupe de 15 personnes max

Le tarif implique un temps de préparation avec une réflexion sur le déroulement de l'animation, le repérage du terrain, le matériel nécessaire à prévoir, la présence durant l'activité et le suivi des questions ou des retours après le temps fort de l'atelier

Frais de déplacement : 0.50 cts /km

Crédit photos : L'appel du végétal

Page 1 : fleur de souci/calendula officinalis, lierre terrestre/glechoma hederacea, sauge ananas/salvia elegans, mauve sylvestre/malva sylvestris, bourrache/borago officinalis

Page 5 : punaise arlequin sur une carotte sauvage en fruit



*"On s'étonne trop de ce qu'on voit rarement  
et pas assez de ce qu'on voit tous les jours"*

*Madame de Genlis*