

PROGRAMME DES ATELIERS



Des ateliers à thèmes variés sur les jardins pour s'initier à la reconnaissance végétale des plantes aromatiques et médicinales de votre environnement proche. Un moment pour apprendre à vous concocter vos propres remèdes afin de vous constituer une trousse à pharmacie naturelle. Une sensibilisation autour de la nature, de l'écologie et du savoir faire paysan, pour les petits et les grands.

Ce rendez-vous permet d'avoir un autre regard sur cette nature généreuse.



Table des matières

Informations pratiques	3
Je confectionne un bâton de fumigation.....	4
Les bases de l'herboristerie	5
Les auxiliaires du jardin (atelier enfant)	6
Le sol vivant	7
Création d'un jardin médicinal et aromatique	8
Je fabrique une teinture mère	9
Initiation à la gemmothérapie	10
Pour aller plus loin avec les bourgeons	11
L'équilibre émotionnel avec les bourgeons.....	12
Cuisine sauvage (atelier enfant)	13
Purins et autres préparations	14
Cuisine sauvage	15
Les maladies et auxiliaires au jardin	16
Réaliser son propre herbier	17
Elaboration d'un élixir floral	18
Apprendre à faire sécher ses herbes	19
Les cataplasmes : des remèdes ancestraux	20
Les macérats huileux pas à pas	21
Fabrication d'un herbier (atelier enfant)	22
Apprendre à faire ses boutures	23
Les plantes du lâcher prise	24
Les maux de l'hiver	25
Poudres et farines	26
Le jardinage en automne	27



Informations pratiques

Réservations

- Par mail : sandrine@ledomainedesmilleplantes.com
- Par téléphone : 06 50 38 62 32
- Par message privé sur Instagram ou sur Facebook : @ledomainedes1000plantes

Tarifs

- Sortie adulte : 20€
- Sortie enfant de moins de 12 ans : 12€
- Atelier adulte : 35€
- Atelier enfant : 25€
- Forfait journée duo ateliers : 60€
- Forfait journée sortie + atelier : 50€

**Le règlement s'effectue au moment de la réservation. Celui-ci est gage de votre inscription*.
Me contacter pour le mode de paiement et le nombre de places réservées.**

***Toute inscription est définitive et ne pourra être remboursée.**

A savoir

- Convient à toutes et à tous, quelle que soit son expérience avec les plantes.
- Apportez avec vous de quoi noter, de quoi prendre des photos...
- Pensez à une tenue vestimentaire adaptée au terrain et à la météo (chaussures, vêtements de pluie, chapeau...)
- Pour le bon déroulé de l'animation et pour le bien être de tous, la présence de vos animaux de compagnie n'est pas autorisée.
- Pour les nouveaux apprenants, veuillez prendre connaissance de la charte des animations à l'inscription.





Je confectionne un bâton de fumigation

Jeudi 16 janvier 2025

Dans de nombreuses traditions anciennes, la plante séchée était utilisée comme encens pour accompagner les rituels de purification.

Aujourd'hui, cette pratique renaît dans le domaine de la spiritualité et du développement personnel. Le smudge (ou bâton de fumigation) est également employé pour la désinfection des lieux surtout lors des périodes épidémiques de l'hiver.

En allumant un bâton de fumigation, on peut se recentrer, méditer ou simplement prendre un moment pour respirer profondément et se connecter à l'instant présent.



Au programme:

- Découverte des plantes et de leurs symboliques, les bonnes associations
- Origine et histoire du bâton de fumigation au fil des années
- Comment réaliser un bâton de fumigation ?
- Toutes les étapes pas à pas d'une séance de fumigation

Atelier pratique :

Réaliser un bâton de fumigation pour purifier son air

INFOS PRATIQUES

- Lieu : Le Domaine des 1000 plantes
La Gerbaudière 85660
Saint Philbert de Bouaine
- Horaires : 9h30 - 12h00
- Tarifs : 35€ par personne la matinée sur les jardins du Domaine des 1000 plantes (fournitures comprises et envoi du retrace de l'atelier sous format PDF).





Les bases de l'herboristerie

Lundi 20 janvier 2025

Préparer ses remèdes à base de plantes est d'une grande satisfaction personnelle et nous mène pas à pas vers l'autonomie. Entre tisanes, huiles médicinales, poudres ou encore gemmothérapie, la plante médicinale a beaucoup à offrir.

Mais avant de se lancer dans les recettes traditionnelles, il est judicieux de bien comprendre les différentes façons de transformer les végétaux.

En maîtrisant ces techniques, il est alors possible d'enrichir son quotidien avec des remèdes naturels.



Au programme:

- Qu'est ce qu'une plante médicinale ?
- Découvrir les différentes formes galéniques (tisane, teinture mère, sirop, poudre, gemmothérapie...)
- Conseils sur les posologies et les durées des traitements

Atelier pratique :

Confectionner sa propre tisane parmi un large choix de plantes

INFOS PRATIQUES

- Lieu : Le Domaine des 1000 plantes
La Gerbaudière 85660
Saint Philbert de Bouaine
- Horaires : 9h30 - 12h00
- Tarifs : 35€ par personne la matinée sur les jardins du Domaine des 1000 plantes (fournitures comprises et envoi du retrace de l'atelier sous format PDF).





Les auxiliaires du jardin

Mercredi 19 février 2025

Atelier pour les enfants

Dans un jardin, chaque plante a ses petits alliés, des insectes et animaux qui travaillent en silence pour la protéger et l'aider à s'épanouir (coccinelles, abeilles, hérissons, vers de terre...).

Ces auxiliaires jouent un rôle fondamental dans la santé du jardin et la préservation de la biodiversité.

Apprendre à les connaître, comprendre leur rôle, et savoir comment les attirer est essentiel pour créer un environnement équilibré et respectueux de la nature.



Au programme:

- Comprendre le rôle des auxiliaires dans le jardins
- Identifier les principaux auxiliaires (insectes et animaux)
- Découvrir comment protéger et attirer ces auxiliaires dans le jardin

Atelier pratique :

Fabrication d'un refuge pour abriter les petites bêtes du jardin

INFOS PRATIQUES

- Lieu : Le Domaine des 1000 plantes
La Gerbaudière 85660
Saint Philbert de Bouaine
- Horaires : 14h30 - 16h30
- Tarifs : 25€ par enfant l'après-midi sur les jardins du Domaine des 1000 plantes (fournitures comprises). *L'adulte accompagnateur peut rester sur les jardins le temps de l'atelier mais son contenu ne lui est pas destiné.*





Le sol vivant

Lundi 24 février 2025

Jeudi 16 octobre 2025

Un sol vivant, c'est bien plus qu'une simple terre ! C'est un écosystème complexe et dynamique qui abrite une multitude d'organismes : bactéries, champignons, vers de terre, insectes...

Tous ces petits êtres travaillent ensemble pour décomposer la matière organique et la transformer en humus.

Grâce à des gestes simples et respectueux de la nature, nous apprenons à nourrir et préserver votre sol, créant un jardin vivant et durable.



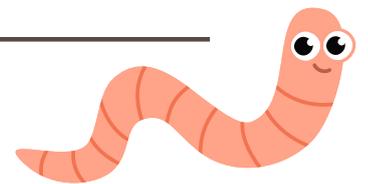
Au programme:

- Explication sur le fonctionnement de la vie du sol
- Apprendre à connaître la texture et structure de son sol
- Conseil sur comment fabriquer un bon compost ?
- Explication sur les différents types d'amendements

Atelier pratique :

Bombe à graines d'engrais verts

INFOS PRATIQUES



- Lieu : Le Domaine des 1000 plantes
La Gerbaudière 85660
Saint Philbert de Bouaine
- Horaires : 9h30 - 12h00 pour les deux dates
- Tarifs : 35€ par personne la matinée sur les jardins du Domaine des 1000 plantes (fournitures comprises et envoi du retrace de l'atelier sous format PDF).
- Vous pouvez participer à l'atelier complémentaire de l'après-midi sur la création d'un jardin médicinal. Un tarif journée de 60€ est alors appliqué pour les deux ateliers.



Création d'un jardin médicinal et aromatique

Lundi 24 février 2025

Jeudi 16 octobre 2025

Créer son jardin médicinal pour les besoins de sa famille apporte une grande satisfaction.

Que vous soyez jardinier novices ou passionné de longue date, cet atelier est conçu pour vous offrir des connaissances pratiques et des astuces de culture qui vous permettront de créer chez vous un jardin utile.

Que ce soit sous forme de jardin de curé délimité, en culture sauvage ou sur votre balcon, la mise en œuvre et la réflexion restent les mêmes.



Au programme:

- Quelles sont les plantes compagnes ?
- Dans quels types de terre poussent telles ou telles plantes ?
- Quels sont les besoins de ma plante ? (eau, emplacement, nutrition...)
- Lister les besoins des plantes selon les vertus thérapeutiques ou culinaires souhaitées

Atelier pratique :

Réaliser son plan de culture selon ses besoins thérapeutiques et exigences de ses plantes

INFOS PRATIQUES



- Lieu : Le Domaine des 1000 plantes
La Gerbaudière 85660
Saint Philbert de Bouaine
- Horaires : 13h30 - 16h00 pour les deux dates
- Tarifs : 35€ par personne l'après-midi sur les jardins du Domaine des 1000 plantes (fournitures comprises et envoi du retrace de l'atelier sous format PDF).
- Vous pouvez participer à l'atelier complémentaire du matin sur les sols vivants. Un tarif journée de 60€ est alors appliqué pour les deux ateliers.



Je fabrique une teinture mère

Jeudi 27 février 2025

Une teinture mère est un extrait hydroalcoolique préparé avec les parties sèches d'une plante.

L'accent est mis sur une approche pratique, permettant aux participants de comprendre comment manipuler les ingrédients et d'appréhender les gestes techniques. En découvrant ce processus, chacun repart avec une nouvelle compétence et une alcoolature faites par vos soins !

Une ouverture sur l'autonomie dans la création de remèdes naturels à base de plantes.



Au programme:

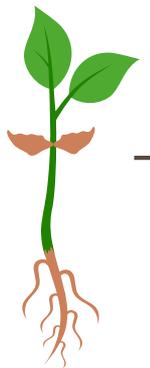
- Différence entre teinture mère et alcoolature
- Explications sur les degrés d'alcool et les différentes plantes utilisées
- Les étapes pas à pas à la fabrication : macération, filtration, conservation
- Retour sur les différentes posologies

Recette traditionnelle à faire soi-même :

Réalisation d'une alcoolature de racines

INFOS PRATIQUES

- Lieu : Le Domaine des 1000 plantes
La Gerbaudière 85660
Saint Philbert de Bouaine
- Horaires : 9h30 - 12h00
- Tarifs : 35€ par personne la matinée sur les jardins du Domaine des 1000 plantes (fournitures comprises et envoi du retraceur de l'atelier sous format PDF).





Initiation à la gemmothérapie - Partie 1

Dimanche 9 mars 2025

Lundi 10 mars 2025

Cet atelier vous apprend à utiliser les bourgeons et à les intégrer dans votre pharmacie naturelle et familiale. Une belle invitation à la découverte des arbres et des arbustes médicinaux en tout début de printemps.

Le but de cet atelier est d'apprendre à observer et reconnaître les bourgeons et jeunes pousses de notre patrimoine floristique. Le repérage et l'observation du stade de développement des bourgeons sont cruciaux pour une cueillette qualitative.



Au programme:

- Balade botanique et identification des bourgeons et jeunes pousses
- Présentation des bonnes périodes de cueillette
- Récolte des espèces végétales choisies
- Démarche de qualité pour le choix des solvants d'extraction

Recette traditionnelle à faire soi-même :

Macérat concentré de bourgeons ou de jeunes pousses

INFOS PRATIQUES



- Lieu : Le Domaine des 1000 plantes
La Gerbaudière 85660
Saint Philbert de Bouaine
- Horaires : 9h30 - 12h00 pour le 9/03
13h30 - 16h00 pour le 10/03
- Tarifs : 35€ par personne la demie journée sur les jardins du Domaine des 1000 plantes (fournitures comprises et envoi du retrace de l'atelier sous format PDF).
- Vous pouvez participer à l'atelier complémentaire de la partie 2 l'après-midi du 09/03. Un tarif journée de 60€ est alors appliqué pour les deux ateliers.



Pour aller plus loin avec les bourgeons - Partie 2

Dimanche 9 mars 2025

Cet atelier est le volet 2 sur l'apprentissage de la gemmothérapie. Le but est d'approfondir ses connaissances dans le domaine de la phytembryothérapie.

Nous aborderons les différentes associations synergiques des bourgeons ainsi que leur utilisation au fil des saisons.

L'occasion d'en apprendre plus sur la gemmothérapie et de construire sa pharmacie naturelle.



Au programme:

- Balade botanique et identification des bourgeons et jeunes pousses
- A chaque saison son bourgeon : apprendre à savoir quel bourgeon utiliser à quelle période
- En apprendre plus sur les associations synergiques
- Les cures et les programmes possibles

Atelier pratique :

Réaliser son programme gemmothérapeutique idéal à l'année

INFOS PRATIQUES

- Lieu : Le Domaine des 1000 plantes
La Gerbaudière 85660
Saint Philbert de Bouaine
- Horaires : 13h30 - 16h00
- Tarifs : 35€ par personne l'après-midi sur les jardins du Domaine des 1000 plantes (fournitures comprises et envoi du retrace de l'atelier sous format PDF).
- Vous pouvez participer à l'atelier complémentaire du matin sur la partie 1. Un tarif journée de 60€ est alors appliqué pour les deux ateliers.





L'équilibre émotionnel avec les bourgeons - Partie 3

Jeudi 20 mars 2025

Cet atelier est le volet 3 sur l'apprentissage de la gemmothérapie. Les bourgeons agissent au niveau vibratoire harmonisant les états émotionnels. Les bourgeons, en captant l'énergie vitale de la plante entière, contiennent une concentration d'éléments actifs qui résonnent avec notre système énergétique.

Lors de cet atelier, découvrez le pouvoir subtil et transformateur des bourgeons ! Ces concentrés de vie végétale possèdent une énergie vibratoire unique faisant écho avec notre corps et notre esprit.



Au programme:

- Explorez comment les bourgeons peuvent apaiser les émotions et favoriser un bien-être profond
- Focus sur les bourgeons des émotions et des énergies vibratoires
- Comprendre comment les bourgeons peuvent interagir avec notre mental
- Cueillette en conscience pour renforcer la connexion avec l'arbre médicinal

Atelier pratique :

Cueillette en conscience et préparation d'un macérat

INFOS PRATIQUES

- Lieu : Le Domaine des 1000 plantes
La Gerbaudière 85660
Saint Philbert de Bouaine
- Horaires : 9h30 - 12h00
- Tarifs : 35€ par personne la matinée sur les jardins du Domaine des 1000 plantes (fournitures comprises et envoi du retrace de l'atelier sous format PDF).





Cuisine sauvage

Mercredi 16 avril 2025

Mercredi 16 juillet 2025

Atelier pour les enfants

Cet atelier invite les enfants à découvrir les plantes sauvages et comestibles autour d'eux. Au fil de deux heures en extérieur, ils apprendront à identifier quelques plantes faciles à reconnaître et les utiliseront ensuite pour réaliser une recette de cuisine.

C'est une belle occasion de mieux comprendre ce que la nature nous offre, tout en s'amusant à cuisiner ensemble !

Aucune connaissance préalable n'est nécessaire, juste un peu de curiosité !



Au programme:

- Sensibiliser les enfants aux plantes comestibles qui nous entourent
- Apprendre à reconnaître quelques plantes sauvages comestibles
- Réaliser une recette simple avec les plantes cueillies

Atelier pratique :

Recette surprise de Sarah en lien avec la saison !

INFOS PRATIQUES

- Lieu : Le Domaine des 1000 plantes
La Gerbaudière 85660
Saint Philbert de Bouaine
- Horaires : 14h30 - 16h30 pour les deux dates
- Tarifs : 25€ par enfant l'après-midi sur les jardins du Domaine des 1000 plantes (fournitures comprises). *L'adulte accompagnateur peut rester sur les jardins le temps de l'atelier mais son contenu ne lui est pas destiné.*





Purins et autres préparations

Jeudi 24 avril 2025

Les purins sont les alliés du jardinier bio ! Ils sont respectueux de l'environnement et rendent bien des services. Les extraits de plantes repoussent les insectes, les acariens et les champignons grâce à leur teneur en composés odorants.

De plus, ils agissent comme des vaccins végétaux, en rendant les plantes plus résistantes aux agressions.

A travers cet atelier, découvrez quel purin privilégier pour quel usage et comment le préparer.



Au programme:

- Les usages des différents purins végétaux
- Explication sur les propriétés fortifiantes, fongicides et insecticides des purins sur les plantes du jardin
- Etude la bardane, de la fougère, de l'ortie et de la consoude

Atelier pratique :

Mise en œuvre d'un purin pour prévenir des maladies

INFOS PRATIQUES

- Lieu : Le Domaine des 1000 plantes
La Gerbaudière 85660
Saint Philbert de Bouaine
- Horaires : 9h30 - 12h00
- Tarifs : 35€ par personne la matinée sur les jardins du Domaine des 1000 plantes (fournitures comprises et envoi du retrace de l'atelier sous format PDF).





Cuisine sauvage

Lundi 28 avril 2025

Lundi 30 juin 2025

La nature regorge de nourriture à la belle saison. C'est avec le panier de cueillette que nous explorerons les trésors des chemins. Un atelier gourmand pour tous ceux qui veulent découvrir la nature dans leur assiette.

A travers une approche pratique, cet atelier dévoile les techniques de récolte, d'identification et de préparation de diverses plantes sauvages, tout en soulignant les précautions indispensables pour une consommation sécurisée.



Au programme:

- Herborisation dans les jardins et alentours du Domaine à la recherche des plantes comestibles
- Cueillette sauvage pour la confection d'une recette
- Calendrier des cueillettes au fil des saisons

Atelier pratique :

Recette surprise de Sandrine !

INFOS PRATIQUES

- Lieu : Le Domaine des 1000 plantes
La Gerbaudière 85660
Saint Philbert de Bouaine
- Horaires : 13h30 - 16h00 pour les deux dates
- Tarifs : 35€ par personne l'après-midi sur les jardins du Domaine des 1000 plantes (fournitures comprises et envoi du retrace de l'atelier sous format PDF).





Les maladies et auxiliaires au jardin

Jeudi 15 mai 2025

Découvrez comment préserver naturellement la santé du jardin, en apprenant à reconnaître et attirer les précieux auxiliaires qui agissent comme des alliés contre les ravageurs.

A travers des savoir faire accessibles, vous découvrirez comment renforcer la santé de votre jardin sans recourir aux produits chimiques mais avec les ressources naturelles de votre jardin.

L'occasion d'adopter un jardinage durable et respectueux de l'environnement pour un jardin sain et épanoui toute l'année.



Au programme:

- Présentation des auxiliaires du jardin
- Comment attirer ces précieux alliés pour réguler les populations de ravageurs et préserver la santé du jardin ?
- Méthodes de lutte naturelle pour limiter les maladies
- Focus sur les maladies les plus courantes comme l'oïdium, la rouille, le mildiou et bien d'autres encore

Atelier pratique :

Construction d'un abri à insectes

INFOS PRATIQUES



- Lieu : Le Domaine des 1000 plantes
La Gerbaudière 85660
Saint Philbert de Bouaine
- Horaires : 9h30 - 12h00
- Tarifs : 35€ par personne la matinée sur les jardins du Domaine des 1000 plantes (fournitures comprises et envoi du retrace de l'atelier sous format PDF).



Réaliser son propre herbier

Lundi 19 mai 2025

Cet atelier propose de redécouvrir l'art de l'herbier, une pratique ancestrale qui allie observation de la nature, créativité et savoir botanique. Créer un herbier c'est capturer l'essence des plantes, leurs formes, leurs textures et leurs couleurs tout en apprenant à mieux les connaître.

Au delà de la création artistique, l'herbier devient un outil précieux de découverte et de compréhension de la flore locale.

Idéal pour les amoureux de la nature et les curieux !



Au programme:

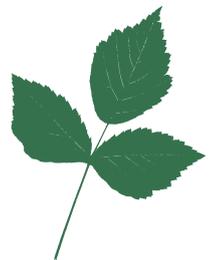
- La récolte et la mise en herbier
- Explications sur la technique du séchage des plantes récoltées
- Le montage de vos planches
- Retour sur la conservation de vos planches et de votre herbier

Atelier pratique :

Récolte de quelques plantes et mise en route de l'herbier

INFOS PRATIQUES

- Lieu : Le Domaine des 1000 plantes
La Gerbaudière 85660
Saint Philbert de Bouaine
- Horaires : 9h30 - 12h00
- Tarifs : 35€ par personne la matinée sur les jardins du Domaine des 1000 plantes (fournitures comprises et envoi du retrace de l'atelier sous format PDF).





Elaboration d'un élixir floral

Jeudi 22 mai 2025

L'élaboration d'un élixir floral invite à une expérience délicate alliant les bienfaits des fleurs et les mystères de leurs énergies subtiles.

Créer un élixir floral, c'est capter l'essence d'une fleur pour en faire un concentré de bien-être et d'harmonie, une pratique venue des travaux du Dr Bach.

Les élixirs floraux aident à retrouver l'équilibre émotionnel et la vitalité.



Au programme:

- Tour des jardins à la recherche des plantes vibratoires
- Dynamisation manuelle de l'eau par vortex et chaos
- Répertoire des fleurs à vertus énergétiques
- Selon la météo, certaines pratiques pourront être adaptées

Recette traditionnelle à faire soi-même :

Conception de son propre élixir floral

INFOS PRATIQUES

- Lieu : Le Domaine des 1000 plantes
La Gerbaudière 85660
Saint Philbert de Bouaine
- Horaires : 9h30 - 12h00
- Tarifs : 35€ par personne la matinée sur les jardins du Domaine des 1000 plantes (fournitures comprises et envoi du retrace de l'atelier sous format PDF).





Apprendre à faire sécher ses herbes

Jeudi 12 juin 2025

Sécher ses plantes le mieux et le plus rapidement possible est gage d'une qualité optimale pour leur consommation.

Un atelier pratique pour vous guider étape par étape aux bonnes méthodes de séchage afin de conserver les principes actifs, les couleurs et éviter l'altération par des micro organismes.

De la récolte au stockage, l'atelier fournit des astuces pratiques pour réussir le séchage et éviter les erreurs courantes.



Au programme:

- Tour d'horizon sur les différentes techniques de séchage
- Revue des différents séchoirs (à claies, solaire, déshydratation...)
- Conseils sur le tri, le hachage, le tronçonnage, l'émondage, le tamisage
- Explication sur la conservation et le stockage

Atelier pratique :

Fabrication d'un mini séchoir à bouquets

INFOS PRATIQUES

- Lieu : Le Domaine des 1000 plantes
La Gerbaudière 85660
Saint Philbert de Bouaine
- Horaires : 9h30 - 12h00
- Tarifs : 35€ par personne la matinée sur les jardins du Domaine des 1000 plantes (fournitures comprises et envoi du retraceur de l'atelier sous format PDF).





Cataplasmes : remèdes ancestraux

Jeudi 26 juin 2025

Un cataplasme est une préparation de plantes appliquée sur la peau dans un but thérapeutique.

Connu et employé depuis l'Antiquité, il est aujourd'hui utilisé pour ses vertus décongestionnantes.

Les cataplasmes naturels de plantes appliqués directement sur la peau puis recouverts d'un linge humide et chaud permettent de soulager de nombreux maux.



Au programme:

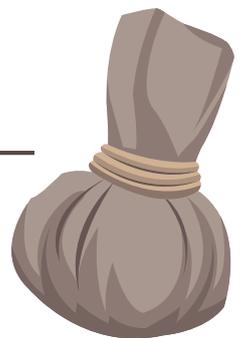
- Petit point sur les origines des cataplasmes et son utilisation au fil des années
- Les plantes utiles pour débiter pas à pas
- Préparation et méthodes d'applications

Recette traditionnelle à faire soi-même :

Emplâtre à base de plantes décongestionnantes

INFOS PRATIQUES

- Lieu : Le Domaine des 1000 plantes
La Gerbaudière 85660
Saint Philbert de Bouaine
- Horaires : 9h30 - 12h00
- Tarifs : 35€ par personne la matinée sur les jardins du Domaine des 1000 plantes (fournitures comprises et envoi du retrace de l'atelier sous format PDF).





Les macérats huileux pas à pas

Lundi 7 juillet 2025

Un macérât huileux, aussi appelé extrait oléique, est une huile thérapeutique résultant de la macération d'une plante médicinale dans une huile végétale.

Le processus de macération permet à cette huile de recueillir et de conserver les principes actifs des plantes.

Les macérats peuvent être utilisés en cuisine, en cosmétique, en soin, tout dépend des huiles et des plantes choisies.



Au programme:

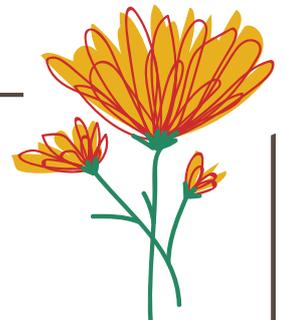
- Explications sur les meilleurs choix des huiles végétales
- Retour sur les méthodes des différents types de macérations
- Cueillette au jardin et préparation de la plante
- Mise en œuvre du macérât huileux

Recette traditionnelle à faire soi-même :

Mise en route d'une macération huileuse avec les plantes sauvages et médicinales

INFOS PRATIQUES

- Lieu : Le Domaine des 1000 plantes
La Gerbaudière 85660
Saint Philbert de Bouaine
- Horaires : 13h30 - 16h00
- Tarifs : 35€ par personne l'après-midi sur les jardins du Domaine des 1000 plantes (fournitures comprises et envoi du retrace de l'atelier sous format PDF).





Fabrication d'un herbier

Mercredi 9 juillet 2025

Atelier pour les enfants

Pars à la découverte de la nature et deviens un petit botaniste en créant ton propre herbier !

Cet atelier permet d'apprendre à reconnaître et classer les plantes, tout en récoltant les trésors de la nature. Tu pourras partir explorer les jardins pour observer et choisir des plantes avant d'apprendre à les sécher et à les conserver.

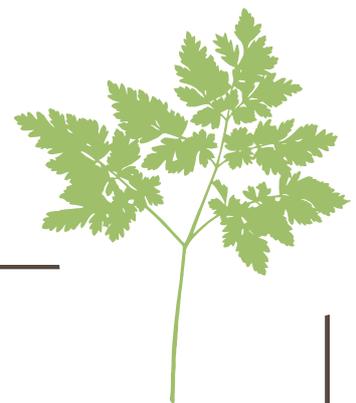
Grâce à des techniques simples et créatives, tu pourras créer ton herbier personnalisé que tu emporteras chez toi en souvenir de cette expérience.



Au programme:

- Apprendre à observer et cueillir avec respect les plantes
- Initiation aux bases de la botanique (identification des plantes, reconnaissance des formes de feuilles et de fleurs, des couleurs...)
- Expression artistique et créative

Atelier pratique :
Mise en route d'un herbier



INFOS PRATIQUES

- Lieu : Le Domaine des 1000 plantes
La Gerbaudière 85660
Saint Philbert de Bouaine
- Horaires : 14h30 - 16h30
- Tarifs : 25€ par enfant l'après-midi sur les jardins du Domaine des 1000 plantes (fournitures comprises). *L'adulte accompagnateur peut rester sur les jardins le temps de l'atelier mais son contenu ne lui est pas destiné.*



Apprendre à faire ses boutures

Lundi 15 septembre 2025

Envie de multiplier vos propres plantes aromatiques et médicinales pour enrichir votre jardin ?

Faire ses propres boutures, c'est apprendre à reproduire les plantes que l'on aime, qu'il s'agisse d'aromatiques, de plantes d'intérieur ou de fleurs du jardin, tout en développant en lien avec le vivant.

Découvrez les gestes pour reproduire facilement et à moindre frais des plantes comme la menthe, la sauge, la lavande et bien d'autres encore...



Au programme:

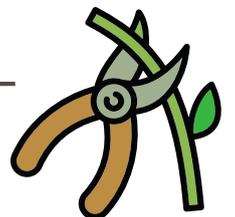
- Se familiariser avec le principe du bouturage
- Apprendre les différentes techniques de bouturage
- Période la plus favorable au bouturage selon les espèces
- Mise en pratique sur différentes espèces végétales

Atelier pratique :

Bouture à talon, bouture de racine et bouture semi-aouûtée

INFOS PRATIQUES

- Lieu : Le Domaine des 1000 plantes
La Gerbaudière 85660
Saint Philbert de Bouaine
- Horaires : 9h30 - 12h00
- Tarifs : 35€ par personne la matinée sur les jardins du Domaine des 1000 plantes (fournitures comprises et envoi du retrace de l'atelier sous format PDF).





Les plantes du lâcher prise

Jeudi 18 septembre 2025

Plongés dans un quotidien parfois stressant, nous accumulons des tensions et des pensées, en perdant peu à peu le lien avec l'essentiel.

Cet atelier vous invite à une reconnexion à soi, guidée par les bienfaits des plantes médicinales.

Apprenez à identifier les plantes qui renforcent votre bien-être émotionnel et retrouvez les clés du lâcher-prise, de la concentration et de la confiance en soi.



Au programme:

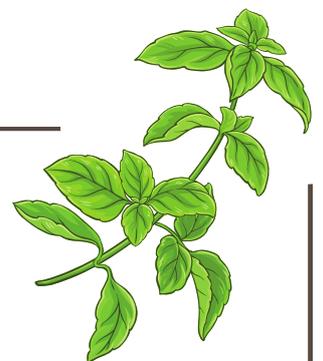
- Exploration des troubles émotionnels (stress, anxiété, surmenage) et leur impact sur le corps et l'esprit.
- Découvrez comment certaines plantes apaisent les tensions, aident à relâcher le mental et apportent le calme en soi
- Déambulation sur les jardins et reconnaissance végétale des plantes de la sphère nerveuse

Recette traditionnelle à faire soi-même :

Confection d'une teinture mère de basilic sacré

INFOS PRATIQUES

- Lieu : Le Domaine des 1000 plantes
La Gerbaudière 85660
Saint Philbert de Bouaine
- Horaires : 9h30 - 12h00
- Tarifs : 35€ par personne la matinée sur les jardins du Domaine des 1000 plantes (fournitures comprises et envoi du retraceur de l'atelier sous format PDF).





Les maux de l'hiver

Jeudi 23 octobre 2025

Les gestes au naturel pour un hiver en pleine forme.

L'hiver est souvent synonyme de frissons, de maux de gorge et de fatigue. Pourtant, la nature nous offre une multitude de solutions pour renforcer notre organisme et apaiser les petits maux de saison.

Dans cet atelier, découvrez comment préparer et utiliser les plantes respiratoires et immunitaires pour soutenir votre corps face aux rigueurs de l'hiver.



Au programme:

- Découverte des plantes qui soutiennent les voies respiratoires
- Renforcer naturellement son système immunitaire grâce à des plantes stimulantes et protectrices de l'organisme face aux agressions extérieures comme l'ashwagandha, l'échinacée, le basilic sacré
- Tour de jardin pour identifier les plantes stimulant la sphère respiratoire et immunitaire.

Recette traditionnelle à faire soi-même :

Sirop pectoral naturel aux plantes adoucissantes et anti bactériennes

INFOS PRATIQUES

- Lieu : Le Domaine des 1000 plantes
La Gerbaudière 85660
Saint Philbert de Bouaine
- Horaires : 9h30 - 12h00
- Tarifs : 35€ par personne la matinée sur les jardins du Domaine des 1000 plantes (fournitures comprises et envoi du retrace de l'atelier sous format PDF).





Le jardinage en automne

Lundi 17 novembre 2025

Apprendre à multiplier les plantes sauvages et médicinales est une activité passionnante.

Avec l'arrivée de l'automne, il est temps de préparer votre jardin pour la saison à venir. Découvrez comment planter, multiplier, et préparer votre jardin selon les méthodes traditionnelles de reproduction végétative comme le bouturage, la division de souche, le marcottage...

Il est temps de mettre son jardin au repos en lui apportant soin et chaleur !



Au programme:

- Techniques abordées comme le bouturage, la division, le greffage, etc...
- Les étapes clés d'une plantation réussie
- Astuces pour protéger vos plantes du froid et favoriser l'enracinement avec le pralinage des racines nues
- Tour de jardin sur les différents types de végétaux à reproduire

Atelier pratique :

Boutures de racines, boutures à talon sur bois sec, division de souche

INFOS PRATIQUES

- Lieu : Le Domaine des 1000 plantes
La Gerbaudière 85660
Saint Philbert de Bouaine
- Horaires : 9h30 - 12h00
- Tarifs : 35€ par personne la matinée sur les jardins du Domaine des 1000 plantes (fournitures comprises et envoi du retrace de l'atelier sous format PDF).





Poudres et farines de plantes

Jeudi 20 novembre 2025

Les plantes sauvages et aromatiques sont des denrées alimentaires consommées depuis la nuit des temps.

Sous forme de poudre ou de farine, les plantes trouvent facilement leur place dans la cuisine en apportant leurs vertus et bienfaits.

Une occasion de découvrir les multiples usages des plantes sous une forme pratique et polyvalente pour enrichir sa cuisine, son jardin et sa santé de manière naturelle.



Au programme:

- Des plantes sauvages pour agrémenter vos recettes culinaires
- Les étapes à savoir pour la conception d'une poudre
- Le matériel nécessaire pour moulinier les plantes selon leurs parties employées
- Quelques idées de recettes

Recette traditionnelle à faire soi-même :

Poudre d'ortie riche en oligo éléments et minéraux pour booster votre immunité

INFOS PRATIQUES

- Lieu : Le Domaine des 1000 plantes
La Gerbaudière 85660
Saint Philbert de Bouaine
- Horaires : 9h30 - 12h00
- Tarifs : 35€ par personne la matinée sur les jardins du Domaine des 1000 plantes (fournitures comprises et envoi du retraceur de l'atelier sous format PDF).

