



Ateliers pédagogiques autour des plantes

Cosmétique, Cuisine et Botanique

Introduction

Animatrice spécialisée dans les ateliers de fabrication de cosmétiques et de cuisine avec les plantes, nous proposons des séances ludiques et pratiques.

Ces ateliers s'inscrivent dans une démarche éducative autour de l'environnement et de l'autonomie

Programme d'une journée ou d'une demi-journée type :

- **Matinée** : Découverte et exploration de la flore indigène, botanique et fiche plante : randonnée pédestre dans l'environnement.
- **Après-midi** : Fabrication du produit, évaluation des acquis.

Programme à l'année possible :

Reconnaissance et usage (3 plantes) : liste non exhaustive (en fonction de l'habitat/saison)

- Septembre/octobre : ortie//sisymbre/plantain
- Novembre/décembre : prunelles/églantier/ aubépine
- Janvier/février : pissenlit/mâche/primevère
- Mars/avril : alliaire/maceron/aubépine
- Mai/juin : sureau, bardane/saponaire.

Objectifs :

Apprendre l'utilité des plantes : alimentation, bien-être, santé

Cosmétique :

Reconnaître la flore - Identifier des ingrédients naturels et leurs propriétés -
Apprendre à formuler un produit simple - Développer l'autonomie et la créativité

Cuisine :

Reconnaître la flore - Découvrir leurs usages culinaires - Préparer des recettes
simples - sensibiliser au lien nature, alimentation et santé

Botanique :

Reconnaître la flore sauvage - Préparation d'un herbier

Jeux :

Exemple : Reconnaître les plantes par leur parfum - Construction (vannerie) -
Bouturage ...

Idée d'activité intégrée

Aider les élèves à découvrir des métiers autour des plantes, de l'écologie et de
l'artisanat

Contact

Ateliers de création cosmétique et de cuisine sauvage.

Devis sur demande

06.10.67.23.30

lesateliers.es@gmail.com