les ateliers d’herboristerie
2026 · 2027

CUISINER LES PLANTES SAUVAGES,
CONFECTIONNER UN BAUME,
UTILISER LES PLANTES DU SOMMEIL…
VENEZ APPRENDRE CES GESTES SIMPLES
LORS DE NOS ATELIERS D’HERBORISTERIE.

Les jardins de l'arpente
à Plogastel-St-Germain et Poullan-sur-Mer proposent
aussi des tisanes, aromates, épicerie fine,
soins du corps et compléments alimentaires.

tarifs des ateliers

un atelier (3 heures)	→	30 €
abonnement trois ateliers	→	75 €
abonnement dix ateliers	→	185 €
sortie algues (6 heures)	→	60 € ou 2 places d’abonnemen

infos & réservations

Maximum 15 personnes.

Réservation :

larpente.com

lesproductrices@larpente.com

LES JARDINS DE
l'arpente

2026 · 2027

les ateliers d’herboristerie

les ateliers d'herboristerie
2026 · 2027

Chaque atelier comporte une sortie guidée pour découvrir la botanique et explorer les plantes sauvages comestibles ou médicinales du moment. Il y a ensuite un temps de transmission et de pratique plus ciblé. Vous rentrez avec le produit que vous vous êtes fabriqué.

○	**sam. 3 oct.**	Kerouanquen Julie	10h→17h	**Journée herboristerie 1** découverte sensitive des plantes sèches, règles simples pour les associer et les infuser selon leurs caractéristiques. focus sur l'angélique notre adaptogène locale.
	dim. 18 oct.	Kergazec Dorothée	09h30→12h30	**Alchimie 1** extraire des principes actifs par l'huile, zoom sur le calendula, repartez avec votre huile de massage.
	sam. 7 nov.	Kerouanquen Julie	14h→17h	**La consoude** inflammation, douleurs, blessures... Et potager ! Nous ferons une macération huileuse avec laquelle vous repartirez.
	sam. 12 déc.	Kergazec Claire	14h→17h	**Faites votre sirop d'hiver** et délicieuses recettes de sirops fleuris à offrir
	dim. 24 jan.	Kergazec Dorothée	09h30→12h30	**Alchimie 2** extraire des principes actifs par l'alcool, zoom sur les racines de valériane
	dim. 14 fév.	Kergazec Dorothée	09h30→12h30	**Alchimie 3** extraire des principes actifs par la distillation, zoom sur le laurier noble
○	**sam. 20 fév.**	Kerouanquen	09h30→17h	**Journée softs** le matin avec Claire découvrez **les boissons issues de fermentation :** kefir, ginger, kombucha... aux plantes ! L'après-midi avec Julie vous jouerez avec **les distillats, macérats, jus et autres extractions** pour vous faire votre mocktail original en découvrant les règles simples d'une recette équilibrée.
	dim. 21 mars	Kergazec Dorothée	09h30→12h30	**Transformez vos plantes en baumes,** crèmes et bi-phasés
○	**sam. 27 mars**	Kerouanquen Julie	10h→17h	**Journée herboristerie 2** semis, boutures, préparation du sol, vous repartirez avec vos plans pour commencer votre propre pharmacie au jardin. Focus sur le calendula au jardin et en pharmacie.
	jeu. 8 avril	Guilvinec Dorothée	11h→17h	**Journée algues** reconnaître, cueillir et cuisiner les algues
	sam. 10 avril	Kergazec Claire	14h→17h	**Aux petits maux** les petits remèdes
	sam. 17 avril	Kerouanquen Julie	14h→17h	**Balade découverte** des plantes sauvages comestibles et médicinales de nos jardins et chemins. Cuisiner, goûter, sentir, toucher...
	sam. 22 mai	Kerouanquen Julie	14h→17h	**Les plantes toxiques** comment se rassurer en apprenant les dangers les plus graves pour pouvoir goûter sans crainte à toutes les autres.
	sam. 8 mai	Guilvinec Dorothée	11h→17h	**Journée algues** reconnaître, cueillir et cuisiner les algues
	sam. 12 juin	Kerouanquen Julie	14h→17h	**Journée herboristerie 3** récoltes, séchage, conservation. Pour ce 3e volet vers l'autonomie en herboristerie familiale nous ferons un focus sur le millepertuis et vous repartirez avec votre bouquet de St Jean.

○ Prévoyez un plat ou un dessert à partager le midi pour l'auberge espagnole