

Mise à jour : Oct. 2026

CUEILLETTE SAUVAGE ET TRANSFORMATION CULINAIRE

DATES DE LA FORMATION

Consulter notre site web

ORGANISATION PÉDAGOGIQUE

21h à la MFR de l'Entre Deux Mers

FICHE FORMATION

OBJECTIFS DE LA FORMATION

- Acquérir les bases de la botanique pour reconnaître et identifier les principales plantes sauvages.
- Savoir distinguer les plantes sauvages comestibles des espèces toxiques afin de pratiquer une cueillette en sécurité.
- Découvrir les usages culinaires des plantes sauvages à travers des ateliers pratiques de transformation et de dégustation.
- S'initier aux propriétés et aux vertus traditionnelles des plantes sauvages

PUBLIC CONCERNÉ et PRÉ-REQUIS

- Cette formation est ouverte sans pré-requis, à toute personne adulte ayant un projet de débuter une activité de production et transformation des plantes tinctoriales.





PRESENTATION FORMATION

Vous avez envie de mieux connaître les plantes qui vous entourent et d'apprendre à reconnaître celles que l'on peut cueillir et cuisiner en toute sécurité ? Cette formation vous propose une immersion accessible et conviviale dans l'univers des plantes sauvages comestibles.

Au fil d'une sortie botanique et d'ateliers pratiques, vous apprendrez à observer, identifier et différencier les plantes utiles des espèces à éviter. Vous découvrirez également comment intégrer ces ressources naturelles dans votre cuisine pour enrichir votre alimentation avec des saveurs

MFR de l'Entre Deux Mers – 67 rue du Gestas 33670 LA SAUVE – 05.56.23.01.32

variées et des plantes riches en nutriments.

MODALITÉS ET FINANCEMENTS POSSIBLES

- Coût de la Formation : Nous contacter pour les demandes de devis
- Financement possible par CPF, OPCO, Vivea ou Autofinancement.
- Ouverture de la formation avec un minimum de 5 participants.

ACCESSIBILITÉ – Formation accessible au public en situation de handicap

- Locaux accessibles aux PMR
- Suivi personnalisé handicap par la référente
- Adaptations pédagogiques et différenciation



Lieux et moyens pédagogiques

- **Formation théorique : MFR de l'Entre Deux Mers – 67 rue du Gestas 33670 LA SAUVE**
  - Salles de cours équipées d'écrans numériques interactifs
  - Plateau technique, ateliers couverts, jardin école et chantiers extérieurs pour les travaux pratiques





Hébergement et restauration

FORMATION CONTINUE		
Hébergement	Chambre double + petit déjeuner	17€ / nuit
	Chambre seule + petit déjeuner	20€ / nuit
Restauration	6 € par repas	

Réservation 15 jours avant le début de formation auprès de M. DASSONVILLE : ludovic.dassonville@mfr.asso.fr

CONTACTS

Responsables de la formation :

Pauline LEURENT, référente filière PPAM

Pauline.leurent@mfr.asso.fr

Diane KRAEMER, Référente handicap

Diane.kraemer@mfr.asso.fr

MFR DE L'ENTRE DEUX MERS

67 Rue du Gestas 33670 LA SAUVE
Tél : 05 56 23 01 32
mfr.la-sauve-majeure@mfr.asso.fr

www.mfr-entredeuxmers.fr

Mai 2025 - Mai 2027