

# Gemmothérapie : arbres en hiver et cueillette de bourgeons

## Plantes sauvages

### OBJECTIFS

- Être capable de reconnaître un certain nombre d'espèces d'arbres en hiver (sans les feuilles).
- S'appropriier des connaissances de bases sur la biologie des arbres.
- Être capable de cueillir des bourgeons ou jeunes pousses et de réaliser un macérat glycéric.

### ENJEUX

On est souvent loin d'imaginer toute la diversité de plantes sauvages, aromatiques, médicinales ou comestibles, présente sur son terrain ! Ce cycle de formations vous permettra de mieux connaître votre environnement, son potentiel de culture et de cueillette, les bienfaits des plantes sauvages, mais aussi d'imaginer des animations à la ferme ou encore une activité de transformation

! L'ensemble de ce cycle de 6 formations est animé par Florence FAURE-BRAC, botaniste spécialisée en plantes sauvages (Lo Gafaròt - Herborisations gourmandes).

La gemmothérapie est une branche récente de la phytothérapie. Elle consiste en l'utilisation de jeunes tissus – bourgeons, jeunes pousses, radicelles – d'une soixantaine d'essences d'arbres européens. La cueillette est minutieuse et exigeante, elle s'inscrit avec précision dans la saison pour un stade optimal d'épanouissement au moment de la récolte.

### PRÉ-REQUIS

Aucun pré-requis nécessaire

### CONTENU

- Arbres, arbustes, arbrisseaux : apports théoriques et vocabulaire botanique.
- Que peut-on observer sur un arbre en hiver ?
- Critères et exercices de reconnaissance, de différents arbres et prise en main d'une d'une flore hivernale des ligneux.
- Flore hivernale des ligneux.
- Biologie spécifique des ligneux.
- Caractérisation des bourgeons et des méristèmes et spécificité de la cueillette.
- Principes de cueillette par rapport à l'architecture naturelle des arbres.
- Analyse du potentiel de cueillette d'un site.
- Applications de quelques préparations de gemmothérapie.
- Les macérats glycéricés : présentation de cette forme galénique et travaux pratiques.
- Témoignage d'une productrice installée en gemmothérapie.

### MODALITÉ D'ENSEIGNEMENT

présentiel

### DATES, LIEUX ET INTERVENANTS

Date	Lieu	Intervenant
11/03/2026	Sumène - Chez les participants 30440 Gard	Florence Faure Brac, Lo Gafaròt - Herborisations gourmandes
12/03/2026	Sumène - Chez les participants 30440 Gard	Florence Faure Brac, Lo Gafaròt - Herborisations

### Infos complémentaires

#### ORGANISÉE PAR

FD CIVAM du Gard

**DURÉE** : 3 jour(s)

#### TARIFS

VIVEA

**Gratuit**

Salariés, demandeurs d'emploi, RSA,... : nous contacter

#### ATTESTATION

**Remise en fin de formation**

#### RENSEIGNEMENTS

Stéphanie HOSFORD  
hosford@civamgard.fr

FD CIVAM du Gard  
30 rue des épaulettes - ZA de l'Arnède  
30250

SOMMIÈRES  
Tel. 04.66.77.15.04 ou 07 69 91 39 93

N° d'organisme de formation :  
91.30.00.40.930

Inscription sur [www.civamgard.fr](http://www.civamgard.fr)

**NOTE** : Apporter son pique-nique !

gourmandes

18/02/2026

Sumène - Chez les participants 30440 Gard

Florence Faure Brac, Lo Gafaròt -  
Herborisations  
gourmandes

**THÈMES**

Création d'activité / diversification

Pratiques et productions agricoles

Agriculture durable

Agriculture durable

**FINANCEURS**

VIVEA