

## Stage : « Ce que la Nature nous offre »

Samedi & Dimanche 14 & 15 Août 2021 à l'ÉCOCENTRE TRÉGOR

### Présentation du stage :

Un week-end pour se reconnecter à la nature, retrouver de l'autonomie et de la joie. La nature a tant à nous offrir, prenons le temps de (re)découvrir ses trésors. Deux jours de reconnection à soi, aux autres et à la nature. Un temps pour ralentir, créer du lien et retrouver de la joie à être et faire ensemble. Un moment d'échange, de partage et d'immersion au cœur de l'éco-centre.

### Déroulement du Stage :

>> Accueil et découverte du programme autour d'une boisson chaude

>> **Découverte de l'Écocentre**

>> **Cueilletes** de plantes sauvages comestibles ou transformables

>> Initiation à la **cuisine sauvage** comestible

>> **Apprentissage de plusieurs techniques de transformation de plantes** (Vinaigre, alcoolature, macérats glycélinés, hydroglycériné, par intermédiaire alcoolique, huileux, solarisation, lotion, extrait de plantes, eau florale maison, etc...)

>> **Fabrication de lessive** de lierre

>> Réalisations d'un **baume et d'un gel naturels**

Un temps pour ralentir, créer du lien et retrouver de la joie à être et faire ensemble. Un moment d'échange et de partage.

### L'animatrice :

**Laëtitia CRNKOVIC, Zéro Déchet trégor**  
**Aromathérapeute certifiée, formée en**  
**Cosmétique Naturel.**

**Elle accompagne les particuliers,**  
**associations et entreprises vers le Zéro**  
**Déchet & la Transition écologique.**

**Elle transmet ses connaissances avec enthousiasme depuis plus de 4 ans à travers d'ateliers éco-responsables : soins naturels, cosmétiques naturels, produits ménagers écologiques, zéro déchet & récup, cuisine ZD. Mais aussi des conférences, tables rondes et stands de sensibilisation.**

Elle milite pour une décroissance heureuse, une écologie humaniste.  
Apprendre tout en tissant du lien.

**Envie de découvrir son univers ?**

**@zerodechettregor**

**www.zerodechet-tregor.com**

**DURÉE : 2 Jours**

**le 14 & 15 Août de 10h à 17h**

Nombre de places : **10 personnes max**

**TARIFS : 165 €/ personne**

Ce tarif inclut : matériel, ingrédients, contenants si besoin, livrets de recettes & procédés, les repas du midi et du soir (végétariens) les collations et l'hébergement  
**Non inclus** : le petit déjeuner du dimanche matin (café et thé offert)

### Côté Convivialité

**Le samedi soir** : Fin de journée conviviale et libre (selon l'énergie disponible et les envies de chacun) **Repas sauvage et festif** à partager ensemble.

**Soirée autour du feu**, échange et convivialité autour de la nature, l'écologie joyeuse.  
Ramenez ce que vous avez envie de partager (musiques, contes ou autres...)

**Nuit sur place, possibilité de dormir dans le dortoir, dans votre tente ou camion.**

## Renseignements et inscriptions

Contactez Aurélien au 06 77 01 20 73 ou par mail à [ecocentre.tregor@gmail.com](mailto:ecocentre.tregor@gmail.com)

Pour plus d'informations sur le contenu technique du stage,  
contactez Laëtitia par mail à [zerodechettregor@gmail.com](mailto:zerodechettregor@gmail.com)



## Bulletin d'inscription

Pour vous inscrire, renvoyez ce coupon complété à :

Écocentre Trégor  
6 Crec'h Ar Beg  
22560 Pleumeur-Bodou

ou par mail à [ecocentre.tregor@gmail.com](mailto:ecocentre.tregor@gmail.com)

---

### Stage : « Ce que la Nature nous offre »

Samedi & Dimanche 14 & 15 Août à l'ÉCOCENTRE TRÉGOR

Nom : \_\_\_\_\_ Prénom \_\_\_\_\_

Adresse : \_\_\_\_\_

Tél. : \_\_\_\_\_

Courriel : \_\_\_\_\_

### Prix du stage : 165€

#### Acompte à l'inscription :

Merci d'accompagner votre inscription d'un **acompte de 60€**. La réception de votre acompte validera votre inscription. L'acompte peut être réglé par chèque joint au bulletin d'inscription ou par virement bancaire sur le compte de l'Écocentre Trégor

#### RIB: Association Ecocentre Tregor Spered All

Établissement: 20041 / Guichet: 01013 / N° de compte: 0773348T034 / Clé RIB: 55

IBAN: FR14 2004 1010 1307 7334 8T03455

BIC: PSSTFRPPREN

#### Annulation :

- Si vous ne souhaitez plus ou ne pouvez plus participer à un stage, veuillez nous le faire savoir au plus vite.
- En cas d'annulation du stage de notre part ou de désistement de votre part au plus tard une semaine avant le - début du stage, l'acompte vous sera reversé intégralement.
- En cas de désistement de votre part moins d'une semaine avant le début du stage l'acompte ne vous sera pas remboursé.
- Le solde étant payable au démarrage du stage.

**Merci de remplir une fiche par stage souhaité !**

### Renseignements et inscriptions

Contactez Aurélien au 06 77 01 20 73 ou par mail à [ecocentre.tregor@gmail.com](mailto:ecocentre.tregor@gmail.com)

Pour plus d'informations sur le contenu technique du stage,  
contactez Laëtitia par mail à [zerodechettregor@gmail.com](mailto:zerodechettregor@gmail.com)