

Cosmétiques maison aux plantes du jardin

10 et 11 Septembre 2016

Vous rêvez de créer vous-même votre huile de massage, votre baume de soin, votre shampoing... à partir des plantes du jardin ? Ce stage est fait pour vous. Venez apprendre, dans les jardins de Terre vivante, à mettre en pratique les techniques de base pour réussir vos cosmétiques à partir de plantes que vous pouvez cultiver.



Quelles plantes du jardin peut-on utiliser et pour quels usages ? Comment les reconnaître ? Quand et comment faut-il récolter ? Quelles sont les règles d'hygiène ? Quel est le matériel nécessaire ? Comment réaliser un masque, un macérât, un baume et une crème ? Un shampoing ? Comment conserver les produits ? ...

Faire ce stage avec Terre vivante, c'est profiter de 30 ans de pratique et de partage de l'écologie au quotidien pour :

- découvrir et apprendre à récolter les principales plantes utiles en cosmétiques
- connaître les règles de base et les différentes étapes pour créer ses huiles de massages et baumes de soin
- mettre en pratique chaque geste pour réaliser shampoings, baumes de soins ...

• **Lieu** : dans le Centre écologique Terre vivante, à Mens au cœur du Trièves (Isère, Rhône-Alpes), à 1h de Grenoble et de Gap et 2h de Lyon.

• **Dates** : 10 et 11 septembre 2016

• **Durée** : 2 jours

• **Nombre maximum de participants** : 10

• **Public** : débutant en cosmétique bio

PROGRAMME

- Jour 1 – De la plante aux produits cosmétiques

Matin 9h - 12h45 :

- ⇒ Accueil : faisons connaissance autour de boissons fleuries et parfumées avec les plantes du jardin
- ⇒ Echange autour des attentes de chacun(e)
- ⇒ Balade dans les jardins de Terre vivante à la découverte des plantes cultivées utiles en cosmétique : reconnaissance, vertus, petites histoires...

Pratique :

- *Identification de plantes, approche sensorielle...*
- *Récolte de légumes, fruits, plantes et fleurs en vue de la préparation d'un masque pour le visage et de macérâts huileux.*

Après-midi 14h30 - 18h30 :

- ⇒ Les règles de base pour créer son masque, ses macérâts huileux et huiles de massage (nature des produits, dosage, matériel utilisé, conservation ...)

Pratique

- Réalisation d'un masque pour le visage et application
- Réalisation de 2 macérâts huileux avec les plantes récoltées dans la matinée
- Fabrication de 2 huiles de massage selon les besoins de chacun

- Jour 2 - Baume de soin, crème de jour, shampoing et compagnie

Matin 9h - 12h30 :

- ⇒ Point sur la fabrication d'un baume de soin et d'une crème de jour (hygiène, organisation, matériel...)
- ⇒ Accompagnement individualisé étape par étape

Pratique

- Réalisation d'un baume de soin au calendula et d'une crème de jour à la rose

Après-midi 14h - 17h30 :

- ⇒ Points sur les besoins des différents types de cheveux et de peaux
- ⇒ Techniques de fabrication d'un shampoing et d'un gel douche

Pratique

- Réalisation d'un shampoing et d'un gel douche

Vous repartez avec les 8 produits que vous aurez réalisés (shampoing, gel douche, macérâts huileux, crème de jour, baume de soin, huiles de massage), un livret de recettes et des conseils en cosmétique bio.

• La formatrice :



Véronique Cornuaille : l'art de la beauté au naturel

Ancienne responsable du courrier des lecteurs du magazine *Les 4 Saisons du jardin bio*, excellente naturaliste et jardinière, Véronique transmet aussi les savoir-faire acquis en formation et au fil de plusieurs années de réalisation de cosmétiques à partir des plantes de son jardin : calendula, roses parfumées, millepertuis mais aussi pâquerette, achillée millefeuille, pensée sauvage ...

- **Tarif : 245€**/pers, déjeuners inclus, sans l'hébergement - tarif 2ème personne : **15% de réduction**
Cadeaux et formation professionnelle, nous contacter.

Offre abonnés 4 saisons : 8% de réduction par personne !:

- **Horaires** : 9h 00/ 18h30
- **Age minimum pour participer** : 18 ans
- **Matériels nécessaires** : un carnet de note.
- **Restauration** : les déjeuners, à dominante végétarienne, sont préparés sur place par Marie-Do Montixi, cuisinière bio, à partir de légumes des potagers de Terre vivante, et de produits du Trièves.
- **Hébergement** : à votre charge - possible à proximité dans des structures engagées dans la démarche de qualification écotouristique du territoire – liste sur <http://www.terrevivante.org>

RESERVATION et INFORMATIONS :

www.boutique.terrevivante.org ou 04 76 34 36 35