

VISITES GUIDÉES

TOUS LES JOURS À 10H30 ET 14H30
ADULTES 20\$
ENFANTS (12 ans et +) 12\$

*Taxes en sus

Offerte deux fois par jour, à 10h30 et à 14h30, la visite guidée offre un regard personnalisé sur l'univers des plantes médicinales. Conseils santé et discussions sur les principes de l'herboristerie sont au rendez-vous.

GUIDES HERBORISTES

Annie Bazinet	Linda Brosseau
Catherine Lagacé	Marilyne Demers
Dominique Biscotti	Maude Marcaurelle
Geneviève Sirois	Sarah-Maria Leblanc
Johanne Fontaine	Véronik Tanguay
Jonathan Léger-Raymond	Zoé Cyr



Horaires détaillés

clefdeschamps.net

VISITES LIBRES

TOUS LES JOURS DE 10H À 16H
ADULTES 15\$
ENFANTS GRATUIT

Accompagnés d'un parent

*Taxes en sus

La visite libre permet de se promener à sa guise, avec l'option d'un audioguide.

SERVICES SUR PLACE

- Boutique offrant la gamme de produits Clef des Champs
- Service conseil avec les herboristes
- Aire de pique-nique
- Rafrâichissements à base de plantes
- Borne de recharge pour véhicules électriques
- Support à vélo

Vous pouvez vous rendre en voiture ou en vélo. L'entrée du jardin est située à 800 mètres du Petit train du nord et il y a un fort dénivelé pour vous rendre.

Chapeau, bonnes chaussures et chasse-moustiques sont recommandés.

PROGRAMMATION ÉTÉ 2023

PLANTES MÉDICINALES ET MÉDECINE TRADITIONNELLE CHINOISE 29-30 JUILLET

MOLÉCULES ET SYNERGIES DES PLANTES MÉDICINALES 22 JUILLET

L'AYURVÉDA POUR CONTRER RHUMES, GRIPPES ET INFECTIONS COURANTES 26 JUILLET

AROMATHÉRAPIE : DÉCOUVERTE DES HUILES ESSENTIELLES DU QUÉBEC 5 AOÛT

LES SECRETS DE LA CULTURE DES PLANTES MÉDICINALES 12 AOÛT

LES MERCREDIS DE MARIE 2, 9 ET 16 AOÛT

YOGA AVEC ESPRIT ALPIN LES LUNDIS DÈS LE 17 JUILLET

YOGA AVEC ESPRIT ALPIN



CRÉDIT PHOTO: Paul Mackay Photographie

ANDRÉA BEAULIEU

À CHAQUE LUNDI — 13H DÈS LE 17 JUILLET 15\$

Séance de yoga à l'extérieur sur une plateforme

2205 chemin de la rivière,
Val-David, Qc, Canada J0T 2N0
819.322.1561 — clefdeschamps.net



VISITES DE JARDIN

DÉCOUVREZ LES PLANTES MÉDICINALES



PROGRAMMATION ÉTÉ 2023

15 juillet au 20 août 2023
Tous les jours de 10h à 17h

Lieu de découvertes et d'apprentissages, le jardin de Clef des Champs est certifié biologique de plantes médicinales et offre aux visiteurs un panorama exceptionnel, au sommet d'une montagne à Val-David. Plus de 150 espèces de plantes médicinales, cultivées dans un environnement unique.



FORMATIONS ET CONFÉRENCES

PLANTES MÉDICINALES ET MÉDECINE TRADITIONNELLE CHINOISE



ANNE VASTEL

29-30 JUILLET
(2 journées complètes)
415\$ (incluant le livre de Anne)

Apprendre à utiliser les plantes médicinales dans le contexte de la médecine traditionnelle chinoise.

Diplômée de Flora Medicina en tant qu'herboriste thérapeute en 2003 et accréditée par l'Aile professionnelle de la Guilde des herboristes, Anne pratique en bureau (à Rimouski) et à distance. Elle enseigne l'herboristerie avec plaisir et passion depuis vingt ans.

Anne s'est spécialisée dans l'accompagnement de personnes atteintes de cancer ainsi que la maladie de Lyme, les problèmes digestifs, la fatigue et le surmenage, l'anxiété, l'hyperactivité, les désordres glycémiques et les maladies cardiovasculaires.

Anne est co-auteure avec Sylvie Chagnon du livre : Médecine Traditionnelle Chinoise et plantes médicinales occidentales, publié aux éditions Guy Trédaniel en 2020.

Ce cours est ouvert pour niveau débutant et intermédiaire, pour apprendre à utiliser les plantes médicinales occidentales dans une perspective de médecine traditionnelle chinoise. Explorez les relations entre les différents organes dans la théorie des cinq éléments (Terre, Bois, Eau, Métal et Feu) et les plantes efficaces pour les organes en relation avec ces éléments. Deux jours de formation sur les plantes médicinales, une visite de jardin pour récolter des plantes et un atelier de fabrication d'une teinture et d'un sirop à base de plantes.

MOLÉCULES ET SYNERGIES DES PLANTES MÉDICINALES



MÉLANIE RICARD-QUIRION

22 JUILLET — 13H30 À 16H30
35\$

Différents phénomènes moléculaires, de la cueillette à la consommation.

Phytochimiste et herboriste accréditée par la Guilde des herboristes, passionnée par la médecine des plantes dès l'enfance, Mélanie a étudié en sciences naturelles. Diplômée de l'Université de Sherbrooke en chimie, elle a travaillé pendant 12 ans dans les laboratoires jusqu'au jour où elle a découvert l'herboristerie. Elle porte un regard scientifique sur l'herboristerie et raconte avec clarté et simplicité la chimie des plantes.

Mélanie nous fera explorer les réactions chimiques lors de l'extraction, en parlant des différents types de synergies à l'intérieur d'une plante. Effectivement certains composés secondaires maximisent les effets d'un principe actif primaire, parce qu'il y existe une action complémentaire entre les deux principes actifs. Mélanie nous parlera aussi des transformations moléculaires de certains composés au cours de la saison, qui soutient l'importance d'avoir la juste période de récolte.

L'AYURVÉDA POUR CONTRER RHUMES, GRIPPES ET INFECTIONS COURANTES



JONATHAN LÉGER-RAYMOND

26 JUILLET — 13H30 À 16H30
35\$

Constituer une pharmacie de base pour faire face aux infections et les éliminer dès leur apparition.

Thérapeute ayurvédique et herboriste accrédité par la Guilde des herboristes du Québec, Jonathan est également co-fondateur du site Ayurvéda Révolution, du centre ayurvédique Espace Ayurvéda à Montréal et du centre Revolution Ayurveda au Kérala.

Clinicien et enseignant imprégné de culture indienne, Jonathan nous partage le meilleur de l'ayurvéda, s'adaptant aux ressources locales et aux contraintes modernes. Il explore avec vous la vaste expérience de l'ayurvéda dont la sagesse se perpétue à travers ceux qui la découvrent.

Dans cet atelier, Jonathan nous guidera pour apprendre comment constituer une pharmacie naturelle de base, pour prévenir et faire face aux infections courantes en utilisant les principes de la médecine ayurvédique. Il discutera de l'usage optimal des plantes médicinales qui sont à votre portée, que vous puissiez les utiliser efficacement et sécuritairement.

AROMATHÉRAPIE : DÉCOUVERTE DES HUILES ESSENTIELLES DU QUÉBEC



LAURENCE LEBRUN

5 AOÛT — 13H30 À 16H30
35\$

De la biochimie en passant par la botanique, découvrez l'utilisation des huiles essentielles locales pour soigner les petits maux du quotidien.

Docteur en Pharmacie, ethnobotaniste, herboriste, depuis plus de 30 ans, sa passion pour les plantes l'a amené à voyager à travers les cinq continents et à s'intéresser tout particulièrement aux savoirs traditionnels des plantes médicinales (France, Équateur, Québec). Dans la Drôme en France, elle découvre les plantes aromatiques, les huiles essentielles et devient une experte en aromathérapie. Co-auteure du livre : L'aromathérapie et ses alliés naturels - Savoir les associer, publié chez Terran en 2020, elle partage ses connaissances aromatiques avec le grand public via un blog, un livre, des conférences et des ateliers.

Laurence nous guidera dans un voyage initiatique pour connaître, sentir et utiliser les huiles essentielles médicinales qui sont récoltées et transformées au Québec. Explorez avec elle la déclinaison fascinante de toutes les huiles de conifères et autres plantes sauvages locales. Un atelier tout en odeur et en couleurs pour découvrir l'aromathérapie.

ÉTÉ 2023

LES SECRETS DE LA CULTURE DES PLANTES MÉDICINALES



MARILYNE DEMERS

12 AOÛT — 9H30 À 12H30
35\$

De la propagation à la récolte, Marilyne vous livre des techniques pour créer et entretenir votre jardin médicinal.

Membre de l'équipe Clef des Champs depuis onze ans, Marilyne Demers a commencé son parcours avec nous en production agricole. Sa formation en agronomie et ses années d'expérience dans nos jardins ont forgé son expertise en culture des plantes médicinales. Maintenant herboriste diplômée, Marilyne est devenue notre recherchiste et rédactrice. L'alliage de ses connaissances pratiques et académiques lui donne une fabuleuse assise qui lui permet d'explorer la recherche scientifique et intégrer ces notions avec les bases de l'herboristerie traditionnelle. Une magicienne des plantes, des concepts et des mots.

Dans cet atelier, vous découvrirez comment les méthodes de culture des plantes médicinales influencent l'efficacité des remèdes qui en sont tirés. Inspirée des observations et des anecdotes qui ont marqué son parcours dans les jardins de Clef des Champs, Marilyne vous offrira un généreux survol des techniques adaptées aux particularités des principales annuelles, vivaces et bisannuelles médicinales.

LES MERCREDIS DE MARIE



MARIE PROVOST

2, 9 ET 16 AOÛT — 13H30
GRATUIT

Notre Maître Herboriste reprend cette année sa populaire formule des mini conférences sur les plantes médicinales. Elle partagera ses connaissances et sa passion, en choisissant une plante différente à chaque semaine. A ne pas manquer!

Herboriste visionnaire, pionnière de l'herboristerie traditionnelle au Québec, elle fonde en 1978 la Clef des Champs où elle assure toujours la direction générale. Marie contribue à rendre les plantes médicinales accessibles à tous, démystifiant leur utilisation, leurs dangers et leurs pouvoirs. Croyant que l'avenir réside dans la collaboration entre les milieux scientifiques et traditionnels, elle établit des ponts et favorise le dialogue entre les autorités réglementaires, les chercheurs scientifiques et les herboristes traditionnels.

