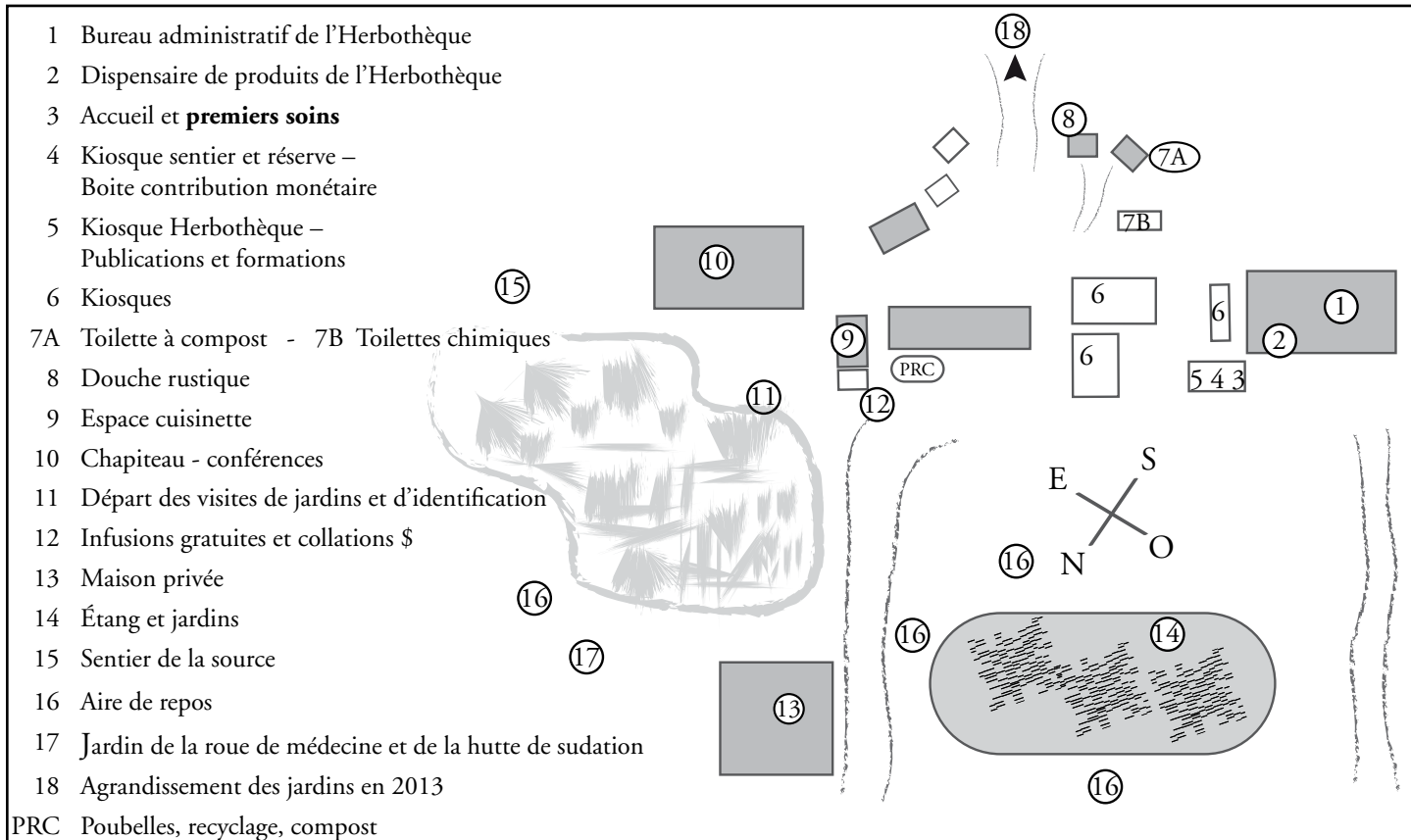


# Festi-Herbes



## Une contribution monétaire de votre choix

est demandée afin de payer les frais liés à cette activité.

Les profits serviront à continuer la mise en place de zones de préservation naturelle privées et de sentiers, situées sur le site de l'Herbothèque.

Visitez le kiosque

« Réserve naturelle et sentiers »

**pour plus d'information.**

Merci de déposer votre contribution dans la boîte située à l'accueil.

## Nos partenaires



**MATHIEU LIPPÉ**  
**Musique, chants, poésie, slam et conte**  
avec Mathieu Lippé (Grand gagnant 2011 du Festival de la chanson de Granby et amoureux de la nature et de la vie)  
en spectacle le samedi 1er septembre  
de 19h45 à 21h environ.



## Horaire du samedi 1er septembre

9 h 00 : Accueil

10 h 00 à 10 h 30 : *Mot de bienvenue sous le chapiteau, musique et poésie*

10 h 30 à 11 h 45 :

Sous le chapiteau : **Plantes médicinales en prévention et à la rescousse du système locomoteur** avec *Johanne Fontaine*

Dans les jardins : **Visite de jardins** – secteur 1 avec *Valérie Leclerc-Duclos*

12 h à 12 h 45 :

Sous le chapiteau : **Cataplasmes, enveloppements, décoctions, liniments pour prendre soin de soi** avec *Catherine Lalonde*

Dans les jardins : **Visite de jardins** – secteur 2 avec *Johanne Fontaine*

12 h 45 à 14 h : Pause repas, visite des kiosques

14 h à 14 h 45

Sous le chapiteau : **Plantes pour optimiser vos performances sportives et récupérer plus rapidement** avec *Natacha Imbeault*

Dans les jardins : **Identification de plantes sauvages** – secteur 3 avec *Johanne Fontaine*

15 h à 16 h 30 :

Sous le chapiteau : **Les douleurs articulaires : penser localement, agir globalement** avec *Jean-Yves Dionne*

16 h 45 : **Tirages de prix de présence pour cette journée**

## Horaire du samedi soir

18 h à 19 h 30 : Repas communautaire « Pot luck »

19 h 45 à 21 h : Musique, chants, poésie, slam et conte avec **Mathieu Lippé** (Grand gagnant 2011 du festival de la chanson de Granby et amoureux de la nature et de la vie)

21 h à 22 h 30 : Célébration festive autour d'un feu de joie où vous êtes invité à partager vos talents avec nous.

22 h 30 : Fin de la journée

## Horaire du dimanche 2 septembre

8 h 30 : Accueil

9 h 30 :

Sous le chapiteau : *Mot de bienvenue, musique et poésie*

10 h à 11 h :

Sous le chapiteau : **Élixirs floraux pour contrer les raideurs de l'âme et du corps** avec *Natacha Imbeault*

11 h 15 à 12 h 30:

Sous le chapiteau : **Libérer son corps grâce à l'alimentation** avec *Johanne Fontaine*

Dans les jardins : **Visite de jardins** – secteur 1 avec *Valérie Leclerc-Duclos*

12 h 30 à 14 h 00 : Pause repas, visite des kiosques

14 h 00 à 14 h 45 :

Sous le chapiteau : **Le pouvoir de l'hydrothérapie et du massage aux herbes chaudes** avec *Valérie Leclerc-Duclos*

Dans les jardins : **Visite de jardins** – secteur 2 avec *Johanne Fontaine*

15 h 00 à 15 h 45 :

Sous le chapiteau : **Soins du système locomoteur des animaux** avec *Valérie Leclerc-Duclos* et lancement du livre « **Soins naturels pour petits et gros animaux** »

Dans les jardins : **Identification de plantes sauvages** – secteur 3 avec *Catherine Lalonde*

16 h 00 à 16 h 00: **Tirages de prix de présence pour cette journée et mot de la fin**

# Voici quelques recommandations pour le bon fonctionnement sur le site et pour votre sécurité.

## Circulation sur le site

- Nous vous conseillons de conserver vos chaussures en tout temps. Marcher pieds nus est à vos risques et périls. Le site de l'Herbothèque est habité depuis la fin des années 1800. Il a beaucoup d'histoire et malheureusement de nombreux résidus de plus de 100 ans d'occupation (matériel agricole, clôture de barbelé en métal rouillé, vitre, bout de métal, clou, etc.).
- Cette année, nous avons même un peu partout sur le site une recrudescence de **Panais sauvage**, incluant dans la pelouse. Plusieurs personnes réagissent à cette plante par des cloques qui apparaissent par simple contact ou des taches brunes (la peau reste brune environ 6 à 8 semaines). Nous vous conseillons donc de ne pas marcher pieds nus et si vous vous assoyez par terre d'avoir une couverture ou autres tissus qui vous empêcheront d'avoir un contact direct avec cette plante.
- Le soir, ayez toujours une lampe de poche avec vous.
- Ne passez pas aux endroits délimités par un ruban ou des cordes, le sol y est très inégal ou cet endroit n'a pas encore été nettoyé et comporte des matières dangereuses comme de la vitre, des morceaux de métal, etc.
- **Si vous allez marcher dans la forêt**, que vous soyez seul ou avec plusieurs personnes, avisez toujours un responsable ou un compagnon de votre départ et mentionnez-lui combien de temps vous pensez être parti. De plus, faites attention aux vieilles clôtures. Un premier nettoyage a été fait dans les sentiers.

## Vidanges, recyclage et compost

Des poubelles et contenants sont identifiés et à votre disposition pour les poubelles, le recyclage et le compost. Merci de les utiliser en portant une attention particulière au rôle de chacun.

## Premiers soins

Nous avons une trousse de premiers soins et deux personnes sont dûment formées pour intervenir en cas d'urgence. Pour une urgence, allez à la table d'accueil.

## Eau potable et tisanes

Il y a de l'eau potable en bouteille et de la tisane à l'espace cuisinette (#9 et 12 sur le plan), vous pouvez vous servir à volonté.

**IMPORTANT** : des tonneaux, des réservoirs, des robinets ou de la douche. Nous ne pouvons garantir qu'elle soit potable.

## Fonctionnement de la compolette (toilette à compost)

- Ne pas mettre de plastique ou serviette sanitaire dans la toilette. Il y a une poubelle pour ces articles.
- Mettre de la ripe sur votre urine ou vos excréments, selon les instructions indiquées à l'intérieur de la compolette. Ceci permettra d'éviter les odeurs et de faciliter la décomposition.
- Les utilisateurs de la toilette à compost sont responsables de maintenir **sa propreté**. Pour ce faire, vous avez accès à un petit balai près du papier de toilette pour ramasser la ripe, ainsi qu'un produit nettoyant et des essuie-tout situés sur la tablette pour nettoyer le siège de la toilette. **Merci de garder cet endroit propre !**
- S'il n'y a plus de ripe dans la compolette, deux choix s'offrent à vous :
  - Vous pouvez en aviser une personne de l'équipe de l'Herbothèque qui s'assurera de remédier à la situation.
  - Vous pouvez remplir vous-même le bac. Il y a de la ripe à droite de la compolette dans le gros bac en bois et une pelle.

## Espace cuisinette

Vous avez à votre disposition un espace cuisinette sous l'abri blanc prêt du grand chapiteau. L'eau froide peut-être prise à même le boyau d'arrosage et deux bacs avec savon sont à votre disposition pour laver votre vaisselle.

Si vous utilisez notre vaisselle et nos tasses, vous êtes responsable de les laver, les essuyer et de les remettre dans le bon bac dès que vous avez fini de les utiliser.

# Les vedettes du Festi-Herbes

Les plantes médicinales, mises sous les feux de la rampe par

## Les conférenciers :



**Natacha Imbeault**

Maitre herboriste, thérapeute multidisciplinaire, auteure, Pdg de L'Herbothèque



**Jean-Yves Dionne**

Pharmacien, consultant en produits de santé naturels, auteur de « SOS OS, des os solides à tout âge! »



**Johanne Fontaine**

Herboriste thérapeute accréditée, professeur et rédactrice à L'Herbothèque



**Catherine Lalonde**

Herboriste et enseignante à l'Herbothèque



**Valérie Leclerc-Duclos**

Thérapeute multidisciplinaire, Ostéopathie, massothérapie, herboristerie

Enseignante à L'Herbothèque  
Co-auteur de « Soins naturels pour petits et gros animaux »

## Les exposants :

**Amélie Bilodeau**, Pochettes à secrets en tricot perlé et bijoux en capsules de bière recyclées. [creations.vagabonde@hotmail.com](mailto:creations.vagabonde@hotmail.com)

**Artisane de Laine par Myriam Prescott**, créations entièrement tricotées à la main, [myriam-p@live.ca](mailto:myriam-p@live.ca)

**Brelokz bijoux, par Véronique Roy** : bijoux en argent et en cuivre intégrant des feuilles de plantes médicinales et d'arbres fossilisés. [brelokz.vr@gmail.com](mailto:brelokz.vr@gmail.com)

**Chaumière Fleur Soleil, par Amira** : huiles et soins du corps. [www.chaumierefleursoleil.com](http://www.chaumierefleursoleil.com)

**Croque paysage, Claudine Gascon et Guillaume Pelland** : plants de plantes comestibles et vivaces. [www.croquepaysage.com](http://www.croquepaysage.com)

**Guilde des herboristes** : regroupement des professionnels et amateurs de l'herboristerie et des plantes médicinales. [www.guiledeshherboristes.org](http://www.guiledeshherboristes.org)

**Herba-Miel, par Marie-Pierre Fortier** : produits de la ruche et spécialités avec la propolis. [www.herbamiel.ca](http://www.herbamiel.ca)

**Gabrielle et Emilia (Kirlian)** : casse-croute de cuisine crue et santé. [gabrielle@kirliancafe.com](mailto:gabrielle@kirliancafe.com)

**Les jardins d'Oz d'Odette Simard** : produits médicinaux divers (tisanes, concentrés liquides, etc.). [jardindo@ipcommunications.ca](mailto:jardindo@ipcommunications.ca)

**Tableaux sur tranches d'arbres par Violette Potvin-Reich**, composition entre mon imaginaire et la beauté tout simple que me propose le bois, les arbres, la nature. [violettevie@hotmail.com](mailto:violettevie@hotmail.com)

**Zayat Aroma** : huiles essentielles, (450) 534-1671, [mikaelzayat@sympatico.ca](mailto:mikaelzayat@sympatico.ca)

Et bien sûr,

**L'Herbothèque** : livre et formation

**Dispensaire de l'Herbothèque** : élixirs de fleurs, vinaigres médicinaux, onguents et huiles, plantes en vrac, pots, sacs, cire d'abeille, vinaigre de cidre 8%, etc. (dans le gros bâtiment bleu à coté de l'accueil).