



Modules	Contenu	Nom latin de la plante
Module Avant de commencer le cours	Intentions et déroulement du cours (23:01)	
Module 1 À la rencontre de vos guides	Pourquoi aller à la rencontre du vivant (43:56) À la rencontre de Caroline (21:35) À la rencontre de Patrick (07:37)	
Module 2 Les bases de l'identification, la sécurité et la récolte éthique	La récolte éthique et honorable (41:29) Les feuilles (46:14) Les tiges (25:57) Dessiner une plante (13:01) Identifier une plante avec l'aide du Broquet (21:48) Observation de la vipérine (04:41)	
Module 3 La sécurité	Précaution avant de goûter une plante (31:30) L'orientation en forêt (08:28)	
Module 4 La routine fondamentale	Pleine conscience et le cœur, notre 6e sens (23:54) Cahier de notes et cycle lunaire (17:13) Yeux de chouette et marche du renard (19:23) Cartographier nos découvertes (04:26)	
Module 5 Les bases de la transformation et du séchage	Introduction (04:08) L'infusion et la décoction (20:23) La fabrication d'une teinture dans l'alcool (14:58) L'extraction avec le vinaigre de cidre et la glycérine (22:54) Les macérats dans l'huile (15:59) Les principes du séchage (30:59)	

Modules	Contenu	Nom latin de la plante
Module 6 Le printemps	Le printemps (19:14) Le langage des oiseaux (14:43) Nos roses et nos épines du printemps (16:07)	
Module 7 Les sèves	Introduction aux sèves (17:14) La sève d'érable (09:15)	<i>Acer saccharum</i> et <i>Acer rubrum</i>
	Entaille et récolte de sève d'érable (06:07)	
	Le réduit d'érable (01:44)	
	La sève de bouleau (06:42)	<i>Betula esp.</i>
	Le bouleau jaune (03:30)	<i>Betula alleghaniensis</i>
	Un p'tit rigodon (03:16)	
Module 8 L'érable au printemps	Introduction à la flore printanière des érablières (09:06)	
	L'ail des bois (10:23)	<i>Allium tricoccum</i>
	La dentaire (06:59)	<i>Cardamine diphylla</i>
	La claytonie de Caroline (11:27)	<i>Claytonia caroliniana</i>
	L'érythrone (11:09)	<i>Erythronium americanum</i>
	Les samares d'érable (05:54)	<i>Acer esp.</i>
	Jeu : Qui suis-je? (15:50)	
Module 9 Les milieux humides	Introduction aux milieux humides (02:40)	
	Les têtes de violon (07:15)	<i>Matteuccia struthiopteris</i>
	Les jeunes pousses de quenouille (11:07)	<i>Typha latifolia</i>
	Le pollen de quenouille (08:03)	<i>Typha latifolia</i>
	Le cresson d'eau (04:57)	<i>Nasturtium officinale</i>

Modules	Contenu	Nom latin de la plante
	Les jeunes pousses d'ortie des bois (01:13)	<i>Laportea canadensis</i>
	L'apios, les patates en chapelet (03:02)	<i>Apios americana</i>
	La barbarée, le brocoli sauvage (00:53)	<i>Barbarea vulgaris</i>
	Le myrique baumier (10:47)	<i>Myrica gale</i>
	Jeu : Le mandala des plantes - Détective en herbe! (07:14)	
Module 10 La prairie	Introduction à la prairie (04:30)	
	La jeune asclépiade (06:04)	<i>Asclepias syriaca</i>
	Dégustation d'un repas sauvage printanier (16:24)	
	L'aubépine (16:30)	<i>Crataegus spp.</i>
	La jeune ortie (24:31)	<i>Urtica dioica</i>
	Le millepertuis et la fabrication de son huile (11:52)	<i>Hypericum perforatum</i>
	La marguerite (03:42)	<i>Leucanthemum vulgare</i>
	La prèle des champs (10:45)	<i>Equisetum arvense</i>
	La graine d'ortie (05:58)	<i>Urtica dioica</i>
	La patience crépue	<i>Rumex crispus</i>
	La carotte sauvage (10:18)	<i>Daucus carota</i>
	Cueillette et dégustation de la racine de carotte sauvage (09:30)	<i>Daucus carota</i>
	Fibres des champs et cordage (17:02)	
Jeu : Le gardien du feu (fiche PDF)		
Module 11 Le gazon et ses superstars	Introduction au gazon (02:30)	
	Le lierre terrestre (21:16)	<i>Glechoma hederacea</i>
	Le pissenlit (31:18)	<i>Taraxacum officinale</i>

Modules	Contenu	Nom latin de la plante
	La racine de pissenlit et son café (31:39)	<i>Taraxacum officinale</i>
	L'achillée millefeuille (04:17)	<i>Achillea millefolium</i>
	Le plantain (16:30)	<i>Plantago major</i>
	La prunelle (05:06)	<i>Prunella vulgaris</i>
	Lorsqu'une plante nous interpelle (20:34)	
	Salade de feuilles de pissenlit et autres merveilles (06:48)	
	Jeu : L'œil de l'aigle (fiche PDF)	
<b>Module 12</b> La forêt mixte	Introduction à la forêt mixte (03:41)	
	Le tilleul (09:06)	<i>Tilia spp</i>
	Les jeunes feuilles de tilleul en salade (07:31)	
	Les pousses de sapin baumier (11:10)	<i>Abies balsamea</i>
	Fabrication d'une huile et d'un miel de sapin (11:18)	
	La gomme de sapin (06:32)	<i>Abies balsamea</i>
	Conte sur les champignons (07:59)	
	Les chanterelles (04:49)	
	Confection d'un panier d'écorce de pin (19:35)	
	Récolte d'écorce de tilleul pour sa fibre (07:36)	
	Extraction de la fibre de tilleul (13:30)	
	Confection de corde de tilleul (09:21)	
Jeu : Sentier aux objets insolites (fiche PDF)		
<b>Module 13</b> Le bord de mer	Introduction à la flore maritime et le caquillier (07:54)	<i>Cakile edentula</i>
	La sabline (03:11)	<i>Arenaria peploides</i>
	Le plantain maritime (08:35)	<i>Plantago maritima</i>

Modules	Contenu	Nom latin de la plante
	Le blé de mer (02:24)	<i>Elymus arenarius</i>
	Le pois de mer (05:52)	<i>Lathyrus maritimus</i>
	La salicorne (05:52)	<i>Salicornia europaea</i>
	Le persil de mer (03:24)	<i>Ligusticum scoticum</i>
Module 14 Le jardin	Introduction au jardin et à ses fantastiques mauvaises herbes (06:10)	
	Les semis directs au printemps (14:23)	
	Le chou gras (02:21)	<i>Chenopodium album</i>
	La stellaire (05:07)	<i>Stellaria media</i>
	Le pourpier (04:58)	<i>Stellaria media</i>
	Les laporassicacées (05:11)	
	L'eau de lilas (07:28)	<i>Syringa vulgaris</i>
	Fabrication d'un vinaigre de feu (27:41)	
	Visite des jardins de FloraMedicina (21:46)	
Module 15 La flore boréale	Introduction à la flore boréale (11:22)	
	Les baies boréales (09:54)	
	Le thé du Labrador (11:27)	<i>Rhododendron groenlandicum</i>
	Visite d'une bleuetière sauvage (12:07)	
	L'usnée (36:58)	<i>Usnea barbata</i>
Module 16 Les milieux perturbés	Le vinaigrier et la sumacade (10:24)	<i>Rhus typhina</i>
	Le mélilot, vanille des bords de route (09:43)	<i>Melilotus albus</i>
	L'herbe à puce et son remède (11:09)	<i>Toxicodendron radicans</i>
Module 17 La forêt l'hiver	Introduction à la forêt l'hiver (04:24)	
	Le cèdre blanc (07:23)	<i>Thuja occidentalis</i>

Modules	Contenu	Nom latin de la plante
	La pruche (05:46)	<i>Tsuga canadensis</i>
	Le pin blanc (08:09)	<i>Pinus strobus</i>
	L'écorce interne de pin (06:36)	<i>Pinus strobus</i>
	La gourde à Patrick (02:22)	
	Identification de divers conifères (09:17)	
	Dégustation de tisanes de conifères (15:46)	
	L'écorce interne de bouleau (18:32)	<i>Betula papyrifera</i>
	Dégustation d'une décoction de bouleau blanc et jaune (13:41)	
	Une mini rencontre avec le noisetier (03:17)	<i>Corylus cornuta</i>
	L'écorce interne du vinaigrier (04:49)	<i>Rhus typhina</i>
	Bourgeons de peuplier baumier (14:27)	<i>Populus balsamifera</i>
	Le charbon (03:06)	
	Un abri pour l'hiver (16:54)	
	L'arc à feu (05:40)	
	Une p'tite chanson avec François au violon (01:52)	
	Jeu : Les bourgeons d'arbres (06:57)	
<b>Module 18</b> L'art du pistage	Les 6 questions du pistage (19:50) Qui, quoi, quand, où, comment, pourquoi en chanson! (01:37) On suit le r'nard, le lièvre, l'écureuil et une gélinotte (13:06) Poser un collet à lièvre (05:16)	
<b>Module 19</b> La biodiversité et nous	La biodiversité et nous (27:54)	