



---

## ***FORMATION COMPLETE EN ETHNOBOTANIQUE***

---

---

## TABLE DES MATIERES

---

1. Présentation de la formation.....	4
1.1. Tarif de la formation complète.....	5
1.2. Temps estimé de la formation.....	5
1.3. Modalité et délai d'accès.....	5
2. Objectifs pédagogiques de la formation complète .....	5
3. Contenu de la formation .....	6
3.1. Les vidéos .....	6
3.2. Les cours.....	6
3.3. Vidéos interactives.....	6
3.4. Quiz en ligne.....	6
3.5. Travail personnel de terrain.....	6
3.6. Travail de terrain avec des animateurs certifiés .....	6
3.7. L'association .....	7
3.8. Les bonus.....	7
3.8.1. Vidéos bonus .....	7
3.8.2. Visios avec François Couplan.....	7
3.9. Autres.....	7
3.9.1. Suivi personnalisé avec François Couplan .....	7
3.9.2. Nouveaux modules .....	7
4. Les cours classés par mois.....	7
5. Les cours classés par thématique .....	9
6. Nature et caractéristiques de l'action de formation .....	12
6.1. Démarche pédagogique.....	12
6.2. Prérequis .....	12
6.2.1. Conditions d'accès pour la formation à distance.....	12
6.3. Méthodes mobilisés pour la formation .....	12
6.4. Modalités d'évaluation des acquis.....	13
6.4.1. Certificat d'assiduité.....	13
6.5. Assistance technique et pédagogique .....	13
6.6. Personnes en situation de handicap.....	14
7. Présentation de François Couplan .....	14
8. Présentation des autres intervenants.....	14
8.1. Stages optionnels proposés par les intervenants de terrain.....	14
8.2. Intervenants de terrain .....	14
8.2.1. Charlie Braesch.....	14
8.2.2. Frédéric Huguet.....	15
8.2.3. Francis Collet.....	15
8.2.4. Jef Grosbras .....	15

8.2.5. Guy Lalière.....	15
8.2.6. Pierre-Louis Savigny .....	15
8.2.7. Emilie Cuissard .....	16
8.3. Autres intervenants .....	16
8.3.1. Keiko Imamura .....	16
8.3.2. Jacques Falquet.....	16
8.3.3. Bernard Montreuil.....	17
8.3.4. Laurent Montreuil .....	17

Copyright © 2023 Collège Pratique d'Ethnobotanique.

Les documents du Collège Pratique d'Ethnobotanique font l'objet d'un usage strictement interne. Élèves et professeurs se sont engagés à limiter l'utilisation des dits documents à la sphère privée et ne jamais les diffuser vers l'extérieur.

<b>Historique du document</b>		
<i>Auteur</i>	<i>Date</i>	<i>Descriptif des modifications</i>
FC	25/08/2023	Création et relecture
YR	28/08/2023	Modifications
FC	20/10/2023	Ajouts
YR	26/04/2025	Corrections diverses

# 1. Présentation de la formation

Notre formation en ligne vous permettra de développer votre relation personnelle avec les plantes et de devenir un expert dans le domaine des utilisations des végétaux. Vous apprendrez à reconnaître les espèces comestibles et celles qui sont toxiques, à découvrir comment fonctionnent ces êtres si différents de nous et à comprendre de quelles façons les relations que nous entretenons avec eux ont façonné nos sociétés. Il s'agit non seulement d'une exploration en profondeur du monde végétal et de la nature, mais aussi d'une perception nouvelle de l'humanité, ainsi que d'une redécouverte de nous-mêmes. Attendez-vous à être surpris(e)s !

Cette formation est conçue et dirigée par François Couplan, ethnobotaniste (docteur-ès-sciences du Muséum national d'histoire naturelle), avec plus de 50 ans d'expérience dans l'enseignement des plantes, et son équipe du Collège Pratique d'Ethnobotanique (CPE). Au-delà des sorties, des stages et de la formation à distance existantes, elle souhaite permettre à un plus grand nombre de personnes de bénéficier de ces connaissances exceptionnelles grâce à des outils informatiques performants complétés par un travail suivi sur le terrain.

Notre formation en ligne se compose de 30 modules mensuels avec plus de 120 cours comprenant des présentations PowerPoint, des documents PDF, des vidéos, des questions et des exercices. Elle se déroule sur trois ans et permettra de former des professionnels de l'enseignement des utilisations des plantes. L'apprentissage théorique est complété par des exercices de terrain. Des stages optionnels dispensés par d'anciens élèves du CPE sont également proposés. Les élèves auront la possibilité de rejoindre un groupe de discussion et d'échanger avec les autres élèves, ainsi qu'avec François Couplan pour poser des questions et participer à des visioconférences complémentaires.

Cette formation s'adresse à toutes les personnes intéressées par les plantes et désireuses de mieux comprendre le monde dans lequel nous vivons, ce qui est indispensable pour pouvoir y agir. Elle ne nécessite pas de compétences particulières préalables, mais demande de la motivation, du temps et de la disponibilité. Malgré son niveau élevé, elle est accessible à tous grâce à une pédagogie progressive éprouvée sur de nombreuses années. Nous souhaitons proposer à tous et à toutes des connaissances de degré universitaire : oui, c'est possible !

Les points forts de cette formation résident dans sa qualité, sa large portée, le niveau atteint et les opportunités professionnelles qu'elle offre. Elle permet d'explorer en profondeur les relations entre l'homme et les plantes, tout en abordant des sujets tels que la botanique, la cuisine, la chimie, la toxicologie, la médecine, l'anthropologie et l'écologie. Les connaissances acquises vous permettront à votre tour d'enseigner et de transmettre à d'autres, de façon fiable, des informations vérifiées sur les plantes et leurs usages. Et nous souhaitons que vous le fassiez !

L'intérêt du public pour les plantes sauvages ne cesse de croître, que ce soit pour des raisons environnementales, gastronomiques, nutritionnelles ou pour les découvertes sensorielles qu'elles proposent, mais aussi parce notre monde évolue et que nous devons accompagner, voire guider, ce changement. Notre proposition répond à la nécessité d'une formation crédible et sérieuse pour la cueillette des plantes sauvages, dont il importe de connaître les limites, et offre une vision sociétale nouvelle en favorisant une relation plus profonde avec la nature. Enfin, bien qu'il existe d'autres sorties et formations sur les plantes sauvages, aucune n'offre une exploration aussi complète du monde végétal et de ses relations avec l'homme.

La formation en ligne que nous vous proposons offre une occasion unique d'approfondir vos connaissances sur les plantes, d'explorer leur utilisation et de développer une relation enrichissante avec la nature. Elle est facilement abordable et mène très loin dans les connaissances techniques comme dans la compréhension du monde et de soi-même. La renommée internationale de François Couplan dans le domaine de l'ethnobotanique est gage de son sérieux et de sa performance.

Cette formation s'appuie sur les 15 ans d'expérience des cours en présentiel du Collège Pratique d'Ethnobotanique où se sont formées de nombreuses personnes dont certaines sont aujourd'hui professionnelles de l'enseignement des plantes sauvages auprès du public.

## 1.1. Tarif de la formation complète

Pour les particuliers : 5970.00 € TTC\*

Pour les entreprises : 6970.00 € HT et 8364,00 € TTC. (TVA 20.00%)

\*La TVA est non applicable (article 261-4-4 du CGI).

Le prix est payable comptant grâce à différents modes de paiement sécurisés : Visa, MasterCard, American Express et prélèvement SEPA.

Le prix est aussi payable en paiement fractionné sans frais grâce à 24 paiements de 248,75 euros.

### 1.1.1. Tarif spécifique pour les résidents en Suisse

Pour les particuliers : CHF 5'970.- TTC en paiement comptant.

Le prix est également payable en paiement fractionné sans frais grâce à 24 paiements de CHF 248.75 (Soit CHF 5'970.- TTC).

## 1.2. Temps estimé de la formation

	Visionner les vidéos des cours	Lecture des cours, réponse aux quiz et travail de terrain	Visionner les vidéos bonus	Total estimé
Temps estimé	300 heures	400 heures	100 heures	800 heures

## 1.3 Modalité et délai d'accès

Accès toute l'année 24/24h 7/7j immédiat après paiement.

## 2. Objectifs pédagogiques de la formation complète

La formation complète de François Couplan a pour objectifs de permettre aux personnes qui la suivent de :

- Développer des connaissances précises et fiables pour reconnaître les végétaux rencontrés dans leur environnement naturel.
- Savoir utiliser à bon escient les plantes comestibles avérées et de connaître les emplois simples et sans danger des plantes médicinales dont le rapport bénéfice/risque est positif.
- Connaître de façon précise les plantes toxiques, avec leurs molécules actives et leur mode de fonctionnement, ainsi que les parasitoses liées à l'ingestion de végétaux.
- Posséder une vision juste des relations entre l'homme et la nature à travers les âges, et d'en comprendre les implications dans la société actuelle.
- Bénéficier de connaissances de bases sur le fonctionnement du corps humain.
- Devenir aussi autonome que possible dans la manière de gérer sa vie en général et en particulier son alimentation.

- Se montrer capable de transmettre ses connaissances au grand public dans le respect de la sécurité des personnes, de la préservation de l'environnement et des règlementations existantes ou à venir.

### **3. Contenu de la formation :**

La formation comprend des vidéos, des cours, des vidéos interactives, des quiz en ligne, des recommandations pour un travail personnel sur le terrain, la possibilité de compléter ses connaissances par un travail de terrain avec des animateurs certifiés et de faire partie de l'association Les Plantes, Source de Vie. Elle comporte également divers bonus : vidéos de François Couplan, rencontres et conférences visios avec François Couplan et possibilité d'un suivi personnalisé avec François Couplan.

#### **3.1. Les vidéos**

Dans les vidéos d'une durée d'environ 300 heures au total, François Couplan présente en détail les différents sujets de la formation (voir ci-dessous). D'autres spécialistes interviennent sur des sujets spécifiques (voir ici la liste des vidéos et des intervenants). Les personnes inscrites pourront revenir tout au long des trois ans de la formation sur les vidéos et les cours.

#### **3.2. Les cours**

Les personnes inscrites recevront aussi de façon régulière, en fonction de leur avancement, 120 cours au format pdf qu'elles pourront étudier à leur guise. Plus de 2 500 pages de cours seront ainsi consultables en ligne et téléchargeables pour impression. Les différents sujets sont détaillés ci-dessous.

#### **3.3. Vidéos interactives**

Il sera également proposé de faire quelques promenades en vidéo avec François Couplan qui présentera diverses plantes dans des vidéos interactives. Les élèves pourront ainsi s'exercer à la terminologie botanique.

#### **3.4. Quiz en ligne**

Afin de faciliter l'apprentissage, les élèves seront invités à réaliser certains exercices : textes à trous, questions à choix multiples, avec ou sans indices, etc. Ludiques et didactiques, ils ont été conçus pour stimuler l'esprit et faciliter l'assimilation progressive des connaissances sur les différents sujets étudiés. La compléction de ces exercices permettra d'évaluer ses acquis et de passer au cours suivant.

#### **3.5. Travail personnel de terrain**

Divers exercices de terrain seront proposés, afin de mettre en pratique et ancrer ses nouvelles connaissances. Cet aspect complémentaire des cours et des vidéos revêt une importance particulière.

#### **3.6. Travail de terrain avec des animateurs certifiés**

Les personnes inscrites auront la possibilité de participer aux activités organisées par d'anciens élèves du Collège Pratique d'Ethnobotanique qui ont déjà suivi la formation sur trois ans et vivent en divers lieux de France, Suisse, Belgique ou Luxembourg – répartis sur l'ensemble des territoires d'Europe

francophone. Ils mèneront efficacement les élèves à la découverte des plantes sur le terrain et pourront répondre de façon pertinente à leurs questions.

### **3.7. L'association**

Les élèves pourront faire partie de l'association Les Plantes, Source de Vie, qui regroupe les personnes ayant déjà suivi les cours de François Couplan. Ils auront de ce fait la possibilité d'interagir avec eux pour participer à des ateliers, proposer des sorties et profiter de diverses activités organisées entre membres.

### **3.8. Les bonus :**

Plusieurs bonus gratuits sont réservés aux personnes inscrites à la formation complète :

#### **3.8.1. Vidéos bonus**

Toutes les autres vidéos de François Couplan seront disponibles en bonus, ce qui représente plus de 100 heures. Il y présente différentes plantes et discute de divers sujets ayant trait à la formation. Au fil des mois et des années, de nouvelles vidéos seront mises à la disposition des élèves.

#### **3.8.2. Visios avec François Couplan**

Dans la mesure de ses possibilités, François Couplan organisera de temps en temps des visioconférences ouvertes aux personnes inscrites à la formation complète. Les élèves pourront lui poser leurs questions, auxquelles il prendra le temps de répondre. Il pourra également présenter des exposés sur des matières traitées dans la formation ou sur d'autres sujets : les élèves auront la possibilité de lui faire des propositions qu'il pourra développer au cours de ces visioconférences, dans un esprit d'apprentissage dynamique.

### **3.9. Autres**

#### **3.9.1. Suivi personnalisé avec François Couplan**

Les personnes inscrites à la formation complète pourront bénéficier, à des tarifs préférentiels, d'un suivi personnalisé en direct avec François Couplan sous la forme de travaux à réaliser (fiches-plantes, résumés de livres, préparation de discussions sur des sujets à choisir, etc.) et à lui envoyer. Le concept de « fiches-plantes » (qui consiste à observer avec tous ses sens, décrire et dessiner les plantes rencontrées) est une méthode extrêmement performante pour avancer rapidement et sûrement dans la connaissance du monde végétal. Vous pourrez également lui poser toutes vos questions concernant les différents cours de la formation, ou sur d'autres sujets, auxquelles il vous répondra rapidement. Les échanges se feront par e-mail, par téléphone ou par visio.

#### **3.9.2. Nouveaux modules**

Par la suite, de nouveaux modules sur de nombreux sujets annexes seront ajoutés à la formation en ligne ou proposés indépendamment, selon les cas.

## **4. Les cours classés par mois**

<b>Mois</b>	<b>Cours</b>	<b>Documents .PDF</b>	<b>Vidéos</b>
	Terminologie botanique	50 pages	2h25

Mois 1	Comment faire un herbier	6 pages	0h07
	Comment utiliser une flore	-	0h21
Mois 2	Classification des végétaux	42 pages	1h07
	Étymologie des noms de plantes	19 pages	0h19
	Nomenclature botanique	12 pages	0h21
Mois 3	Les familles botaniques	80 pages	3h55
Mois 4	Plantes sauvages comestibles	37 pages	4h45
	Comment cueillir et gérer les ressources	24 pages	0h34
Mois 5	Origines des agricultures	41 pages	1h37
	Histoire des agricultures du monde	21 pages	0h50
Mois 6	Chimie de base	39 pages	3h00
	Principes toxiques	52 pages	2h48
	Aliments et assimilation	29 pages	1h43
	Principes nutritionnels	47 pages	2h57
Mois 7	Le système digestif	57 pages	0h54
	Pathologies du système digestif	41 pages	0h30
	Les plantes médicinales du système digestif	13 pages	0h50
	Les protéines vertes	5 pages	-
Mois 8	Bases culinaires : bases sanitaires et matérielles	30 pages	-
	Bases culinaires : produits et découpes	14 pages	-
	Bases culinaires : cuisson et conservation	26 pages	-
	Bases culinaires : recettes de base	50 pages	-
	Les plantes du printemps	-	1h02
Mois 9	L'homme et la nature	51 pages	1h54
	Légumes et fruits oubliés	32 pages	1h02
	Plantes ornementales comestibles	30 pages	1h19
Mois 10	Plantes de l'été	-	2h42
Mois 11	Adaptations des végétaux	25 pages	1h30
	Physiologie des Angiospermes	56 pages	3h00
Mois 12	Phytosociologie	30 pages	2h00
	Les biomes	13 pages	0h45
	Pédologie	51 pages	1h00
	Bases de géologie	49 pages	2h00
Mois 13	Les plantes voyageuses	45 pages	0h36
	Les plantes alimentaires exotiques	77 pages	3h00
Mois 14	Les plantes médicinales	49 pages	2h37
Mois 15	Le système endocrinien	35 pages	2h00
	Pathologies du système endocrinien	19 pages	0h25
	Plantes du système endocrinien	11 pages	0h20
	Système urinaire	25 pages	0h33
	Pathologies du système urinaire	14 pages	0h20
	Plantes du système urinaire	10 pages	0h35
Mois 16	Ethnobotanique, ethnologie, anthropologie	45 pages	2h30

Mois	Cours	Document .PDF	Vidéos
Mois 17	Le système cardiovasculaire	49 pages	2h00
	Pathologies du système cardiovasculaire	17 pages	0h35
	Plantes du système cardiovasculaire	12 pages	0h45
	Le système respiratoire	19 pages	0h45
	Pathologies du système respiratoire	18 pages	0h25

	Plantes du système respiratoire	14 pages	1h10
Mois 18	La mer et les plantes	48 pages	2h00
	Les algues	34 pages	1h00
Mois 19	Les plantes invasives	28 pages	2h00
Mois 20	Le milieu montagnard	21 pages	1h00
	Les étages de végétation des Alpes	40 pages	2h00
Mois 21	Les fruits	54 pages	3h00
	Les graines	29 pages	2h00
	Reproduction des Angiospermes	51 pages	3h00
Mois 22	Les plantes médicinales : principes actifs	120 pages	3h00
Mois 23	Le système nerveux	68 pages	3h00
	Complément du cours sur le système nerveux	27 pages	0h30
	Pathologies du système nerveux	25 pages	0h30
	Plantes du système nerveux	14 pages	0h30
	Immunologie	33 pages	1h00
	Pathologies du système immunitaire	19 pages	0h30
	Les plantes du système immunitaire	16 pages	0h45
Mois 24	Paléobotanique	45 pages	2h00
	Paléontologie humaine	21 pages	1h00
Mois 25	Système locomoteur	68 pages	2h00
	Plantes des systèmes ostéo-articulaire et musculaire	26 pages	1h00
	Équilibre acido-basique	19 pages	0h15
	Système tégumentaire	15 pages	0h45
	Plantes de la peau	24 pages	2h00
Mois 26	Plantes à fibres	47 pages	1h00
	Autres usages des plantes	86 pages	3h00
Mois 27	Initiation à l'aromathérapie scientifique	46 pages	2h00
Mois 28	Végétation méditerranéenne	12 pages	0h20
Mois 29	Plantes sans fleurs	25 pages	0h45
Mois 30	Transmission des savoirs	26 pages	1h00
	Monter son projet personnel, aspects techniques et légaux	20 pages	0h30

## 5. Les cours classés par thématique

Thématique	Cours	Document .PDF	Vidéos
Botanique	Terminologie botanique	50 pages	2h25
	Comment faire un herbier	6 pages	0h07
	Comment utiliser une flore	-	0h21
	Classification des végétaux	42 pages	1h07
	Étymologie des noms de plantes	19 pages	0h19
	Nomenclature botanique	12 pages	0h21
	Les familles botaniques	80 pages	3h55
	Les plantes du printemps	-	1h02

	Les plantes de l'été	-	2h42
	Adaptations des végétaux	25 pages	1h30
	Physiologie des Angiospermes	56 pages	3h00
	Phytosociologie	30 pages	2h00
	Les biomes	13 pages	0h45
	La mer et les plantes	48 pages	2h00
	Les algues	34 pages	1h00
	Le milieu montagnard	21 pages	1h00
	Les étages de végétation des Alpes	40 pages	2h00
	Les fruits	54 pages	3h00
	Les graines	29 pages	2h00
	Reproduction des Angiospermes	51 pages	3h00
	Végétation méditerranéenne	12 pages	0h20
	Plantes sans fleurs	25 pages	0h45
	Paléobotanique	45 pages	2h00
Autres sciences naturelles	Bases de géologie	49 pages	2h00
	Pédologie	51 pages	1h00
Utilisations des plantes	Plantes sauvages comestibles	37 pages	4h45
	Comment cueillir et gérer les ressources	24 pages	0h34
	Bases culinaires : bases sanitaires et matérielles	30 pages	-
	Bases culinaires : produits et découpes	14 pages	-
	Bases culinaires : cuisson et conservation	26 pages	-
	Bases culinaires : recettes de base	50 pages	-
	Les plantes alimentaires exotiques	77 pages	3h00
	Légumes et fruits oubliés	32 pages	1h02
	Plantes ornementales comestibles	30 pages	1h19
	Les plantes médicinales	49 pages	2h37
	Plantes à fibres	47 pages	1h00
	Autres usages des plantes	86 pages	3h00
	Initiation à l'aromathérapie scientifique	46 pages	2h00
Relations entre l'homme et la nature	Origines des agricultures	41 pages	1h37
	Histoire des agricultures du monde	21 pages	0h50
	L'homme et la nature	51 pages	1h54
	Les plantes voyageuses	45 pages	0h36
	Les plantes invasives	28 pages	2h00
	Ethnobotanique générale et anthropologie	45 pages	2h30

	Paléontologie humaine	21 pages	1h00
Chimie	Chimie de base	39 pages	3h00
	Principes toxiques	52 pages	2h48
	Les plantes médicinales : principes actifs	120 pages	3h00
Le corps humain	Aliments et assimilation	29 pages	1h43
	Principes nutritionnels	47 pages	2h57
	Le système digestif	57 pages	0h54
	Pathologies du système digestif	41 pages	0h30
	Les plantes médicinales du système digestif	13 pages	0h50
	Les protéines vertes	5 pages	-
	Le système endocrinien	35 pages	2h00
	Pathologies du système endocrinien	19 pages	0h25
	Plantes du système endocrinien	11 pages	0h20
	Le système urinaire	25 pages	0h33
	Pathologies du système urinaire	14 pages	0h20
	Plantes du système urinaire	10 pages	0h35
	Le système cardiovasculaire	49 pages	2h00
	Pathologies du système cardiovasculaire	17 pages	0h35
	Plantes du système cardiovasculaire	12 pages	0h45
	Le système respiratoire	19 pages	0h45
	Pathologies du système respiratoire	18 pages	0h25
	Plantes du système respiratoire	14 pages	1h10
	Le système nerveux	68 pages	3h00
Professionnalisation	Complément au cours sur le système nerveux	27 pages	0h30
	Pathologies du système nerveux	25 pages	0h30
	Plantes du système nerveux	14 pages	0h30
	Immunologie	33 pages	1h00
	Pathologies du système immunitaire	19 pages	0h30
	Les plantes du système immunitaire	16 pages	0h45
	Système locomoteur	68 pages	2h00
	Plantes des systèmes ostéo-articulaire et musculaire	26 pages	1h00
	Équilibre acido-basique	19 pages	0h15
	Système tégumentaire	15 pages	0h45
Professionnalisation	Plantes de la peau	24 pages	2h00
	Transmission des savoirs	25 pages	1h00
Professionnalisation	Monter son projet personnel, aspects techniques et légaux	15 pages	0h30

## 6. Nature et caractéristiques de l'action de formation

### 6.1. Démarche pédagogique

La démarche pédagogique de la formation de François Couplan met l'accent sur l'implication active des apprenants dans la construction de leur propre savoir par une interaction avec le matériel pédagogique à leur disposition.

Les participants à la formation peuvent acquérir des connaissances traversant différents domaines qui permettent de faire des liens entre des idées, des concepts et des compétences généralement traités séparément. Ainsi, les notions abordées s'étendent-elles au-delà de la botanique, mais touchent également la cuisine, la médecine et les sciences humaines, afin de permettre de mieux appréhender les interactions complexes entre les plantes sauvages, leur environnement et leur utilisation par les êtres humains. Ces connaissances complémentaires se renforcent mutuellement pour fournir à l'apprenant une vue d'ensemble plus riche et précise.

Cette approche éducative permet d'apprendre à utiliser les plantes sauvages de nos régions dans des conditions sécurisées pour les apprenants eux-mêmes, ainsi que pour l'environnement en veillant à ne pas nuire à la variété des espèces végétales et animales dans l'écosystème. À travers elle, les apprenants acquièrent des compétences de cueillette et d'utilisation des plantes de manière responsable et respectueuse envers la nature.

Notre démarche combine les connaissances théoriques (approche scientifique de la botanique et des différents sujets proposés) avec la pratique concrète (expérience réelle de la cueillette et de l'utilisation des plantes) en ayant l'occasion de mettre en œuvre sur le terrain les connaissances acquises. Cette approche est garante d'une meilleure compréhension et mémorisation des concepts par leur intégration dans la vie des apprenants.

Outre François Couplan, ethnobotaniste, notre équipe comprend plusieurs scientifiques – chimistes, pharmaciens, botanistes, géologues, etc. – des accompagnateurs en montagne, une cuisinière, un informaticien, etc. qui ont participé à la préparation des cours, de certaines vidéos, des quiz et des exercices de terrain.

Notre démarche pédagogique implique que les apprenants sont guidés et encadrés à chaque étape de leur parcours d'apprentissage. Ils reçoivent des instructions claires et ont accès à des ressources pédagogiques variées facilitant la compréhension et la mise en pratique des concepts enseignés. Ils sont encouragés à s'engager activement dans des activités concrètes et des situations de terrain, afin d'appliquer les idées abstraites qu'ils ont apprises dans des contextes réels, de confronter les défis pratiques et d'apprendre de leurs éventuelles erreurs. Cela leur permettra d'améliorer leurs compétences dans les différents domaines traités et élargira considérablement leur compréhension du monde.

### 6.2. Prérequis

La formation peut être entreprise sans compétences particulières préalables dans le domaine de la botanique. Les connaissances de base suffisantes seront rapidement acquises au cours de la formation.

#### 6.2.1. Conditions d'accès pour la formation à distance

La formation est réalisée avec une plateforme de formation en ligne avec partage de documents de documents et de vidéos. Les stagiaires doivent avoir un ordinateur (PC portable, Macbook,...), un haut-parleur / casque ou des écouteurs, ainsi qu'une connexion internet suffisante afin de pouvoir suivre la formation.

### 6.3. Méthodes mobilisés pour la formation

Modalités de la formation : formation e-learning en FOAD.

Lieu de formation : Formation (F) ouverte (O) à (A) distance (D) accessible 7j/7 et 24H/24 à partir d'une plateforme conçue spécialement pour le e-learning.

Les cours sont répartis sur 30 mois, de façon à ce que l'apprenant puisse assimiler progressivement les cours théoriques et les mettre en pratique. Une fois les cours du mois étudiés, l'apprenant peut contrôler ses connaissances et valider ses acquis. Des activités ludiques en ligne sont aussi proposées, ainsi que des activités sur le terrain.

L'accès à la plateforme de formation est strictement personnel. L'apprenant peut y accéder grâce à son identifiant (son courriel) et son mot de passe qu'il aura défini au moment de la création du compte, avant le paiement.

## 6.4. Modalités d'évaluation des acquis

L'élève doit répondre aux questionnaires en ligne permettant d'évaluer l'assimilation des notions des cours. Un ou plusieurs questionnaires sont proposés chaque mois. L'élève aura la possibilité de répondre aux questionnaires autant de fois qu'il le souhaite.

Un score de 70% de bonnes réponses est nécessaire pour valider les acquis. La délivrance du certificat de fin de parcours est assujettie à l'obtention de ce score minimum à chacun des quiz, ainsi qu'à la réalisation d'un examen final en ligne reprenant les notions des 3 années.

### 6.4.1. Certificat d'assiduité

A l'issue de la formation, une attestation d'assiduité est délivrée à l'apprenant sous la forme d'un fichier pdf, mentionnant les objectifs, la nature et la durée de l'action et les modalités d'évaluation des acquis de la formation. Pour être valide, l'intégralité des quiz de la plateforme doit être réalisé dans un délai de 4 ans après le début de la formation. En d'autres termes, si le contenu des formations est accessible à vie, il est toutefois indispensable que les quiz soient intégralement réalisés sur cette période donnée.

Si ce délai est dépassé, l'apprenant se doit de recommencer l'intégralité des quiz de la plateforme.

## 6.5. Assistance technique et pédagogique

L'apprenant a accès à une plateforme Discord divisée en différentes thématiques et accessible via un navigateur web, un logiciel installable sur ordinateurs ou une application Android ou iOS. La création d'un compte Discord est nécessaire. Il pourra ainsi soumettre ses questions, ses photos et demander de l'aide.

Pour toute question relative au site internet et à la plateforme de formation, vous pouvez contacter François Couplan.

Pour les questions liées à la formation, à son contenu et à votre progression, veuillez contacter directement François Couplan à l'adresse [school@couplan.com](mailto:school@couplan.com).

Le référent sur le Discord :

- François Couplan, ethnobotaniste, expert en plantes sauvages comestibles et auteur à l'origine de cette formation.

## 6.6. Personnes en situation de handicap

Les personnes en situation de handicap qui rencontrent des difficultés dans l'utilisation de la plateforme peuvent contacter François Couplan à l'adresse [school@couplan.com](mailto:school@couplan.com).

## 7. Présentation de François Couplan

François Couplan est spécialiste des utilisations traditionnelles des plantes sauvages et cultivées, qu'il a étudiées sur les cinq continents. Ethnobotaniste (Docteur-ès-Sciences, Muséum National d'Histoire Naturelle, Paris ; chevalier de l'Ordre du Mérite Agricole) et écrivain, il enseigne depuis 1975 les utilisations des plantes sauvages en Europe et aux États-Unis sous forme de stages pratiques sur le terrain. Il a fondé en 2008 le Collège Pratique d'Ethnobotanique qui propose une formation complète sur trois ans à vocation professionnelle.

Depuis 1983, François Couplan écrit des livres sur les plantes, la cuisine et la nature. Il est l'auteur de quelque 120 ouvrages, dont deux encyclopédies (Europe et Amérique du Nord). Il contribue régulièrement à divers magazines en France, en Belgique et en Suisse, et a publié plus de 800 articles sur les plantes.

François Couplan s'attache à mettre en valeur les végétaux comestibles méconnus et à les faire connaître aux restaurateurs et au public par le biais de conférences, de stages, de prestations personnalisées, de publications et des médias. Il a longuement travaillé sur l'alimentation de nos ancêtres au Paléolithique et a collaboré dans plusieurs pays avec de grands chefs cuisiniers, dont Marc Veyrat (triple étoilé à Annecy), à la réhabilitation des saveurs oubliées.

Depuis plus de cinquante ans, François Couplan parcourt la planète à la recherche des utilisations traditionnelles des végétaux dans les différentes cultures qui font la richesse de notre planète. Le résultat de ses explorations a donné lieu à plusieurs ouvrages. Il travaille avec l'université nationale de Malaisie à la réhabilitation de l'usage des plantes sauvages comestibles en Asie du Sud-Est et a développé des projets de ce type en Afrique, au Liban et au Japon, ainsi qu'en République dominicaine avec le *Jardin botanico* de Santo Domingo.

François Couplan est également photographe et illustre régulièrement de ses clichés ses articles et ses livres.

Il habite à Massonnens, dans le canton de Fribourg, en Suisse.

## 8. Présentation des autres intervenants

### 8.1. Stages optionnels proposés par les intervenants de terrain

Les apprenants peuvent s'inscrire aux stages proposés par des animateurs de terrain dûment certifiés. Ces stages ne font pas partie de la formation elle-même mais permettent aux apprenants d'être accompagnés sur le terrain. La plateforme sert d'intermédiaire entre l'apprenant et l'animateur.

### 8.2. Intervenants de terrain

#### 8.2.1. Charlie Braesch

Charlie habite à Solignac sous Roche, en Haute-Loire (43).

Il a suivi la formation du Collège Pratique d'Ethnobotanique (CPE) de 2018 à 2021. Il possède le BAFA et la certification HACCP, il a suivi des cours de botanique à l'école du Breuil, ainsi que des stages avec Gérard Ducerf (botanique et bio-indication), Francis Hallé (architecture des arbres), Claude Bourguignon (pédologie et microbiologie des sols) et Eric Escoffier ("permaculture").

Il anime des stages principalement en Haute-Loire, Sud Loire, Sud-Est Puy de Dôme et agglomération lyonnaise, et ponctuellement dans l'agglomération parisienne, en Alsace, Charente-maritime, etc.

### **8.2.2. Frédéric Huguet**

Frédéric habite à Fosses dans le Val d'Oise (95), en région parisienne.

Ingénieur géologue de formation, il s'est intéressé aux plantes depuis plus de 12 ans en autodidacte, puis a suivi la formation du Collège Pratique d'Ethnobotanique (CPE) de 2018 à 2021.

Il anime des stages principalement dans la région parisienne et dans les Vosges du sud ou il projette de s'installer dès 2025. Il travaille en collaboration avec un chef cuisinier parisien étoilé.

### **8.2.3. Francis Collet**

Francis Collet, originaire du Haut-Jura, vit au Pertuis, en Haute-Loire (43).

Il est agrégé de physique. Sa longue pratique du jardinage l'a mené à s'intéresser au vaste monde du végétal. Dans sa quête de connaissances il a rencontré François Couplan, d'abord à travers la préformation au Collège Pratique d'Ethnobotanique (CPE) en 2015, puis en suivant les 3 années du cursus du CPE de 2016 à 2019.

Passionné par la montagne, il suit la formation pour devenir accompagnateur en montagne et encadre des groupes au sein d'un bureau des accompagnateurs basé aux Estables dans le Massif du Mézenc. Il organise également des ateliers et des stages dans sa région.

### **8.2.4. Jef Grosbras**

Jef habite à Anché, dans la Vienne (86).

Il a suivi la formation du Collège Pratique d'Ethnobotanique de 2016 à 2019. Il a également suivi des stages avec Françoise Marmy (plantes sauvages comestibles), Anne Richard (plantes du littoral atlantique) et Guy Lalière (plantes d'Auvergne).

Jef anime des stages dans la Vienne, et ponctuellement en Corrèze.

### **8.2.5. Guy Lalière**

Guy vit en Auvergne à Perrier dans le Puy de Dôme (63).

Il est titulaire du DELAM (Diplôme d'Etat de Laborantin d' Analyse Médicales, 1995), du BAFA (spécialité animateur nature, 1997) et est naturopathe depuis 2005. En 2006, il suit une spécialisation d'animateur nature avec Louis Espinassous dans les Pyrénées-atlantiques (64). En 2014, Il suit la formation ReWild Education avec Lynx Vilden en Italie où il assurera la partie botanique. Enfin, en 2016, il participe à une formation sur les plantes bio-indicatrices avec Gérard Ducerf. Il est le co-auteur de *Plantes sauvages, cueillette et recettes des 4 saisons*, paru en 2012 aux Editions Debaisieux.

Depuis les années 1980, et à plein temps depuis 1999, Guy propose des journées, des formations et des stages à la découverte et l'utilisation des plantes sauvages dans le Puy de Dôme, le Cantal, la Haute Loire et dans d'autres départements en France ou en Belgique, selon les années et les opportunités.

### **8.2.6. Pierre-Louis Savigny**

Pierre-Louis réside dans le canton de Genève en Suisse.

Il a enseigné pendant une trentaine d'année la géographie, les mathématiques et les travaux manuels à des enfants de 15 à 16 ans. Parallèlement à son activité d'enseignant, il a toujours exercé le métier d'agriculteur et possède une ferme axée sur la recherche de l'autonomie. Pierre-Louis a suivi la formation du Collège Pratique d'Ethnobotanique de 2020 à 2023.

En 2023, Pierre-Louis a ouvert une école à l'intérieur de sa ferme pour faire connaître et aimer les plantes. Il donne des cours d'ethnobotanique dans ses jardins, ainsi que dans la campagne environnante.

## **8.2.7.       Emilie Cuissard**

Emilie habite à Val Suran, dans le Jura (39).

Elle a suivi la formation du Collège Pratique d'Ethnobotanique (CPE) de 2010 à 2013. Elle est également titulaire d'un BAFA et s'est en outre formée à la Faculté de pharmacie de Lille (DU en ethnobotanique appliquée), ainsi qu'à l'école Lyonnaise des plantes (Plantes médicinales et fleurs de Bach) et avec Eric Escoffier ("permaculture").

Emilie est l'auteur de plusieurs ouvrages édités chez Larousse et le Terran, et membre fondateur de la maison d'éditions L'Aventure au Coin du Bois. Elle anime des stages et formations principalement dans le Jura, dans l'Ain, en Saône et Loire, en Côte d'or et dans le Doubs et ponctuellement dans la région lyonnaise.

## **8.3.       Autres intervenants**

### **8.3.1.       Keiko Imamura**

Keiko Imamura est née au Japon (Nagoya, Aichi), mais elle habite en Suisse et vient souvent en France.

Keiko est cuisinière diplômée de cuisine japonaise traditionnelle et maître de cérémonie du thé. Elle contribue depuis plus de dix ans aux cours de François Couplan où elle s'occupe de la préparation des repas et de l'organisation générale. Keiko donne régulièrement des cours de cuisine japonaise et propose parfois des cérémonies du thé. Elle se consacre également à l'écriture d'un livre où elle souhaite présenter sa vision de la cuisine japonaise dans ses rapports avec la culture de son pays, en mettant l'accent sur les plantes sauvages (*sansai*), qui s'y trouvent traditionnellement à l'honneur.

### **8.3.2.       Jacques Falquet**

Jacques Falquet habite à Genève (Suisse).

Il est docteur en biochimie de l'université de Genève. Après une spécialisation en biologie moléculaire des végétaux à l'université de Paris-XI, il rejoint le monde associatif et travaille en indépendant. Passionné par les plantes, il en étudie particulièrement les propriétés médicinales et participe à de nombreuses missions de recherche en pays tropicaux (Haïti, Mauritanie, Mali, Bénin, Sud-Soudan, etc.).

Son domaine de prédilection est l'autonomie locale en matière de santé : persuadé qu'il est souvent possible de trouver à portée de main de quoi traiter la plupart de nos problèmes de santé, il s'attache à le démontrer avec un maximum de rigueur scientifique. En collaboration avec des thérapeutes traditionnels, des médecins, des pharmaciens et des botanistes, Jacques Falquet a récemment mené une recherche ciblée sur une plante anti-paludique dont les propriétés n'étaient connues que de quelques villages africains.

### **8.3.3.      Bernard Montreuil**

Bernard Montreuil habite à Bron, Rhône (69).

Il est docteur en pharmacie. Bernard ne cesse depuis des années d'acquérir de nouvelles connaissances dans différents domaines de la santé, qu'il aime partager avec d'autres. Il s'est également formé en orthopédie, en micronutrition, en phytothérapie, en aromathérapie et en bioélectronique. Conjointement ou en alternance avec son fils Laurent, il enseigne l'aromathérapie au sein du Collège Pratique d'Ethnobotanique et est notre référent « santé ».

### **8.3.4.      Laurent Montreuil**

Laurent Montreuil habite à Lyon, Rhône (69).

Il est docteur en pharmacie et également titulaire d'un master 2 Éducation thérapeutique et éducations santé, d'un master de biochimie structurale et fonctionnelle, et d'un diplôme de diététique, nutrithérapie et nutraceutique, d'orthopédie et petit appareillage et de phytothérapie.

Laurent est également passionné d'aromathérapie et met en application quotidiennement ses connaissances à l'officine.

Document mis à jour le 26/04/2025