



L'art de cultiver la santé : *un chemin vers l'autonomie*

APPEL À COMMUNICATIONS
pour le
COLLOQUE 2025
DE LA GUILDE DES HERBORISTES DU QUÉBEC

La Guilde des herboristes du Québec vous invite à soumettre une proposition de communication en vue de son prochain colloque, qui se tiendra les **samedi et dimanche 4 et 5 octobre 2025** au **Cégep de l'Outaouais** (campus Gabrielle-Roy), à Gatineau.

Après « Agir ensemble pour le vivant » et « Des gens et des plantes, un dialogue intemporel », nous vous proposons cette année d'explorer comment l'herboristerie peut contribuer à l'autonomie avec le thème :

L'art de cultiver la santé : un chemin vers l'autonomie

« Cultiver la santé » peut parler de la santé physique, mentale, sociale, environnementale, etc. Quant à l'autonomie, elle prend aussi toutes sortes de formes et touche divers aspects. Ainsi, on parle d'autonomie alimentaire ou financière, mais également d'autonomie en santé. Dans le cadre du colloque, nous aimerions aborder l'autonomie ainsi que les moyens de l'atteindre, de la conserver, de la renforcer, quels pourraient être les rôles de l'herboristerie et des plantes dans l'atteinte de ces objectifs.

Voici une liste (non exhaustive) d'idées de sujets d'ateliers et de conférences

- Devenir plus autonome dans la société actuelle
- Rôle de l'alimentation dans la santé (superaliments, alimentation anti-inflammatoire)
- Bonnes habitudes de vie
- Plantes utiles pour recouvrer la santé
- Culture et usage des champignons médicinaux
- Création et entretien d'un jardin de médicinales
- Plantes adaptogènes
- Cueillette sauvage
- Utilité des « mauvaises herbes »
- Connexions avec le vivant
- Prendre soin de son système immunitaire
- Réduire sa dépendance aux connaissances externes, à la technologie, aux produits pharmaceutiques, aux stimuli externes, etc.
- Sortie d'identification en forêt (un sentier du parc de la Gatineau part du stationnement du cégep)
- Tout autre sujet lié au thème *L'art de cultiver la santé : un chemin vers l'autonomie* et qui vous inspire

Publics visés

Les conférences peuvent être de type « **découverte** », c.-à-d. s'adressant à toute personne intéressée par les plantes médicinales et l'herboristerie ou de type « **spécialisées** », c.-à-d. s'adressant à des herboristes d'expérience ou à des personnes ayant déjà de bonnes connaissances en herboristerie et qui souhaitent pousser un peu plus loin.

Les ateliers peuvent être dans les mêmes catégories, soit « découverte » ou « spécialisé ».

Durée prévue

- Conférences : plages de 60 à 75 minutes comprenant une période de questions
- Ateliers : plages de 60 à 75 minutes (possibilités de tenir l'atelier le samedi et le dimanche)

Renseignements généraux

Le comité organisateur du colloque se réserve le droit d'accepter ou de refuser toute proposition de présentation sans justifier sa décision.

En contrepartie de la conférence ou d'un atelier, la Guilde offre un cachet de 150 \$ par conférence ou de 100 \$ par atelier plus jusqu'à 50 \$ de matériel pour l'atelier, ainsi que les frais de participation pour les deux journées du colloque.

Les conférences et ateliers auront lieu en personne.

Pour soumettre une proposition de communication

- Remplir le [formulaire d'appel à communications](#) au plus tard le **lundi 3 février 2025**.

N'hésitez pas à partager cet appel de communication dans votre réseau.

Au plaisir de vous lire en grand nombre!

Marie-Geneviève LeBrun et Françoise Girard
responsables du colloque pour la
Guilde des herboristes
colloque@guildedesherboristes.org