



Autonomie Potagère

Rendre l'autonomie alimentaire aux particuliers, professionnels et collectivités

Balade Botanique Urbaine
Plantes Sauvages Comestibles et Médicinales







❖ Objectif général :

Sensibiliser les élèves de l’école primaire à la richesse et à l'utilité des plantes sauvages comestibles et médicinales présentes en milieu urbain, proche de l’école à travers une balade botanique Ludique et interactive.

Objectif Pédagogique

- ❖ Découvrir la biodiversité végétale en ville et village.
- ❖ Apprendre à reconnaître quelques plantes sauvages comestibles et médicinales.
- ❖ Comprendre l'importance écologique des "mauvaises herbes".
- ❖ Développer le respect de la nature et des savoirs traditionnels.
- ❖ Stimuler les sens (odorat, toucher, vue) et la curiosité scientifique.



Public Visé
Ecole Primaire

- Élèves du cycle 2 ou 3 (CE1 à CM2).
- Durée de l'activité :1h30 à 2h (balade + atelier de restitution)
- Lieu : Un parc urbain, une friche, un jardin partagé ou les abords végétalisés de l’école et du village.



Déroulement

- Introduction en classe (30 minutes) :Brève présentation des plantes sauvages (avec images ou échantillons secs).
- Mise en contexte : pourquoi les plantes poussent en ville ? À quoi servent-elles ?
- Présentation de quelques plantes types : pissenlit, plantain, ortie, lierre terrestre, trèfle, etc.
- Règles de respect et de sécurité pendant la balade (ne rien cueillir sans autorisation, ne rien goûter sans validation, rester en groupe).





Balade Botanique

- ❖ Durée (1h) :
- Parcours encadré par Autonomie Potagère + enseignants.
- ❖ Observation et identification de 5 à 7 plantes sauvages environ.
- ❖ Interactions sensorielles : froisser, sentir, observer à la loupe.
- ❖ Anecdotes culturelles et médicinales (ex. : "l'ortie qui pique mais soigne", "le plantain pansement naturel").

Atelier retour





- Durée (30 minutes) : Dessin ou création d'un herbier simple (à partir de fiches ou photos).
- Jeu de reconnaissance (quiz, memory nature).
- Discussion : "Quelle plante vous a le plus étonné ?", "À quoi pourrait-elle servir ?".







Matériel nécessaire

- Loupe, fiches plastifiées d'identification, crayons, papier, supports de dessin.
- Gel hydroalcoolique, trousses de secours (orties !), éventuellement gants fins.
- Gourde, casquette et basquette !