



Formation du samedi 2018

« Devenez éco-maraîcher sur petite surface »

Se rencontrer, transmettre, apprendre,
Bien manger, avoir du plaisir, partager,
Se reconnecter à soi et à la terre,

Acquérir les bases théoriques et pratiques pour créer et entretenir un lopin de 25 m².

Infos générales

La formation complète est constituée de 9 samedis qui s'étaleront de mars à octobre. La journée est à 50 €. L'abonnement des 9 formations est à 400 €. Nous recommandons vivement aux participants de suivre l'ensemble des formations afin d'acquérir des compétences pointues sur le fonctionnement de l'écosystème naturel.

C'est également l'occasion d'évaluer les tâches à réaliser dans vos jardins et parcelles en fonction des saisons. Ce prix comprend :

- Le matériel pédagogique sur le thème donné
- Un repas deux services dans notre restaurant « La table de Froidmont » sur le temps de midi
- Des conseils affinés de nos experts en maraîchage
- Le prêt de matériel pour la réalisation pratique

Au programme de 10 à 16h

- Matin : Les bases théoriques de l'éco-maraîchage sont abordées de façon active et amusante.
- Midi : Miam. Discutons et dégustons un repas goûteux préparés par la table de Froidmont.
- Après-midi : Travaillons sur nos lopins. Toutes les questions auront réponses sur le champ.

L'agenda 2018

1. Samedi 31/03 – Intro au bio : comment concevoir son potager ?

Pour ce premier atelier, nous retraçons les origines de la production bio afin de mieux comprendre la situation actuelle. Nous aborderons ensuite le milieu particulièrement vivant du potager dans le but de mieux cerner les interactions écologiques qui le constituent. Dans un second temps, nous irons sur le terrain pour découvrir une



méthode globale qualitative d'appréciation du terrain et pour reprendre concrètement par où commencer pour respecter au mieux les cycles de notre belle nature.

2. Samedi 14/04 – L'ABC du potager : semer quoi et repiquer quand ?

Nous vous proposons un atelier pour vous aider à comprendre les pratiques culturales propres à la morphologie de chaque type de légume. Nous vous expliquerons les précautions à prendre pour les semis ainsi que les bonnes pratiques à mettre en place jusqu'à la récolte (exigences de fertilisation, d'espace, ...). Nous terminerons cet atelier en présentant quelques principes d'organisation qui permettent de gagner du temps sur le calendrier.

3. Samedi 5/05 - Association de plantes et optimisation de l'espace : objectif efficacité

Pour ce début de saison, nous vous proposons un atelier sur les associations de cultures : ou comment profiter de la complémentarité de certaines plantes. Nous aborderons tout d'abord les possibilités d'associations selon l'occupation des planches dans le temps et selon leur organisation dans l'espace. Nous introduirons également les effets bénéfiques que certaines plantes procurent à leur environnement. Nous verrons comment celles-ci peuvent avoir un effet sur la croissance des légumes ou sur la présence de leurs ravageurs.

4. Samedi 26/05 - Comment faire et gérer son compost ?

Vos dépenses en sacs poubelle vous semblent démesurées ? Vous ne savez pas quoi faire pour éliminer cette odeur intempestive de votre lieu de vie ? Venez donc apprendre à réutiliser vos matières organiques avec nous ! Nous présenterons les étapes de décomposition de ces déchets afin d'améliorer leur valorisation. Nous y expliquerons les différents types de compost pratiqués dans le monde et nous enchaînerons avec le fonctionnement général d'un sol. Pour clôturer cet atelier, nous passerons en revue les différents types de sol afin de pouvoir y adapter de bonnes pratiques agricoles.

5. Samedi 09/06 - Plantes sauvages comestibles

Vous êtes passionné(e) de promenade en pleine nature et vous aimeriez bien multiplier vos dégustations sauvages ? Vous désirez créer de magnifiques parterres comestibles avec des espèces vivaces ? Nous vous proposons un exposé pour découvrir les aliments comestibles qui entourent notre quotidien. Nous vous présenterons également les possibilités de cultures pérennes qui s'offrent à vous avant de retracer quelques-uns de leurs nombreux usages.



6. Samedi 23/06 - Biodynamie : rôle du potager dans l'écosystème et pratiques biodynamiques

Vous avez déjà entendu parler de l'influence des astres sur notre comportement, nos cultures ou, plus souvent admis, sur nos marées ? Vous n'avez pas peur de vous imaginer faire partie intégrante d'un cosmos où tout est en relation ? Vous cherchez à comprendre les composantes qui influencent la vitalité ? La biodynamie peut vous intéresser. Seulement, de quoi s'agit-il plus précisément ? D'où provient ce mouvement anthroposophique ? Comment mettre en œuvre ces pratiques culturelles ? Quelles influences sur nos aliments et sur nous-même ? Réflexion sur la qualité.

7. Samedi 25/08 - Conservation des récoltes, couverture hivernale et engrais verts

La fin de saison approche, c'est bientôt le retour du froid... Mais vous tenez à conserver vos denrées afin de les déguster bien au chaud ! Autre chose... Vous tenez à valoriser la préparation du sol de cette saison pour l'année suivante ! Alors, venez écouter notre atelier consacré aux différentes techniques de conservation afin de ne rien gaspiller et pour mettre au mieux en valeurs le goût subtile de vos légumes. Vous apprendrez également les différents moyens qui s'offrent à vous pour que votre potager cessent de craindre l'hiver de manière à démarrer au mieux vos prochaines cultures.

8. Samedi 22/9 - Arbres, arbustes & réalisation de ses propres graines

En tant que jardinier amateur, vous êtes une lueur d'espoir dans la pérennité des variétés rustiques qui ne sont pas reprises dans le célèbre catalogue de semences homologuées. Nous vous proposons donc un rendez-vous pour apprendre à faire ses propres graines de manière à pouvoir replanter VOS variétés durant l'année suivante et ainsi mettre en avant l'authenticité de vos légumes. Nous vous expliquerons également le rôle de l'arbre dans un système agricole et nous terminerons par de précieux conseils d'entretien.

9. Samedi 20/10 - Planifier votre production : votre plan de culture et foire aux questions

Pour ce dernier rendez-vous, nous nous attaquerons au plus célèbre des outils d'organisation du maraîcher : le plan de culture ! Nous y reprendrons les étapes essentielles pour éviter de s'écrouler sous la quantité de travail saisonnier. Nous aborderons quelques notions de design permaculturel pour vous permettre de les appliquer dans votre projet avant de plancher sur vos questions plus particulières accumulées au cours de l'année.