

*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.*

DEVENEZ ÉCO-MARAÎCHER SUR PETITES SURFACES



EN BREF

Cette année, la formation complète est constituée de 10 samedis (de 10h à 16h) qui s'étaleront de mars à novembre.

La journée est à 60 €.

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 avisés de nos experts en maraîchage
- Le prêt de matériel pour la réalisation pratique

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.



AU PROGRAMME

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



Le potager de la mare aux loups, une des 3 parcelles de Froidmont

AGENDA

- **27/02/2020** : Arbres fruitiers
- **13/03/2020** : L'ABC du potager
- **20/03/2020** : L'ABC du potager (idem)
- **17/04/2020** : Compost et engrais verts
- **08/05/2020** : Plantes sauvages comestibles
- **12/06/2020** : Nutrition des plantes et fertilisation
- **26/06/2020** : Gestion de l'eau et irrigation
- **28/08/2020** : Les champignons
- **11/09/2020** : Protection des cultures
- **Octobre** : Conservation et transformation des légumes



INSCRIPTION

Envoyez un mail à gestion@froidmontinsertion.be

Paiement sur le compte IBAN : BE91 7805 9166 7576

Mentionnez vos nom, prénom + « formation du samedi » et la(es) date(s) de formation (si vous ne vous inscrivez pas à l'entièreté de l'année).



1) Samedi 27/02 – Arbres fruitiers

Après une brève explication de la biologie et de la physiologie générales des arbres, nous vous expliquerons comment cultiver les fruitiers les plus fréquents dans nos potagers (pommiers, poiriers et cerisiers). Nous parlerons du choix de la variété, de la plantation (où, quand et comment), des entretiens à prévoir pendant l'année, des techniques de greffes et des conseils sur comment les protéger.

Au cours de la journée notre formateur vous montrera sur le terrain les techniques de taille hivernale selon une « interprétation » de l'arbre qui vous donnera le meilleur compromis entre la production, l'ergonomie du travail et bien sûr, la santé du végétal.

2-3) Samedi 13/03 & Samedi 20/03 – L'ABC du potager

Dans cette formation, vous vous plongerez dans les techniques de production bio. Nous vous proposons une journée d'immersion totale dans les connaissances de base de l'agriculture maraichère. Comment puis-je connaître les spécificités de mon sol ? Quel sont les légumes les plus adaptés ? Comment les cultures et la vie du sol réagissent à mon travail ? Et les rotations des cultures ? La fertilisation ? Les réponses sont dans ce module.

Cette formation est adressée aux débutants du potager ou aux personnes qui ont déjà de l'expérience mais qui cherchent une compensation théorique de leur travail.



4) Samedi 17/04 – Compost et Engrais verts

Venez 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, son utilisation correcte et le fonctionnement général de la matière organique dans un sol.

Dans ce contexte les engrais verts retrouvent leur place. Une ancienne technique mise de côté par le « progrès » de l'agronomie qui retourne comme pilier de l'agriculture bio et du respect de la vie du sol. Voilà comment des plantes et des « déchets » peuvent améliorer la productivité de votre jardin.



5) Samedi 08/05 – 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 12/06 – Nutrition des plantes et fertilisation

Le respect de la fertilité du sol est la base d'une l'agriculture biologique et durable. Avec la rotation des cultures, l'utilisation des fertilisants organiques et le semis des engrais verts, vous pourrez garder ou améliorer la structure et les qualités biologiques de votre sol et donc le goût de vos légumes. La formation vous donnera les notions pour pouvoir choisir les meilleurs engrais ou amendements pour votre jardin, comment déterminer la période de fertilisation la plus adéquate et sur quelles cultures être attentif, mais aussi comment reconnaître des carences ou des erreurs de dosage et comment réagir.

7) Samedi 26/06 – Gestion de l'eau et irrigation

La disponibilité de l'eau devient de plus en plus problématique dans notre activité. Par contre, la demande d'irrigation de nos légumes augmente d'année en année.

Dans ce module nous verrons quelles sont les caractéristiques de votre eau d'irrigation, comprendre où et comment cette eau est utilisée par les végétaux et la vie du sol et les astuces pour réduire la demande de votre potager. Sans oublier l'importance d'une rationalisation des arrosages, nous vous donnerons aussi des conseils sur les techniques d'irrigation les plus appropriées pour votre potager et les points d'attention pour avoir une système d'irrigation efficace et adapté à votre situation.



8) Samedi 28/08 – Les champignons

Les champignons sont dans un monde à part et leur production mérite un chapitre spécifique parmi nos formations.

Avec la rencontre d'un professionnel, vous apprendrez à connaître ce royaume du vivant. D'abord il vous sera expliqué quelles sont les spécificités biologiques et écologiques de ces organismes. Après vous entrerez dans le monde complexe mais fascinant de la production de ces « fruits ». Apprenez le principe et les bases pour une petite production domestique (le substrat de culture, la production et reproduction du mycélium, les conditions de développement du champignon, les points d'attention pendant la culture, etc.). Notre formateur ne manquera pas de vous montrer la pratique pour cultiver ces délices chez vous.



9) Samedi 11/09 – Protection des cultures

Défendre les légumes des insectes nuisibles et des maladies reste une des activités indispensables mais compliquée pour les grands et les petits maraîchers. Dans une agriculture biologique et durable, les mesures de prévention sont déterminantes pour obtenir un bon résultat. Dans cette formation, nous vous expliquerons comment prévenir (et reconnaître) les attaques des nuisibles sur les légumes les plus sensibles du potager et éventuellement comment intervenir en cas d'infection ou infestation avec des méthodes naturelles, sans oublier l'efficacité et les coûts par rapport au temps d'exécution et au portefeuille.



10) Samedi 23/10 – Transformation et conservation des légumes

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 ! Alors, venez écouter notre atelier consacré aux différentes techniques de conservation afin de ne rien gaspiller et pour mettre au mieux en valeur le goût subtil de vos légumes.