



# les solutions vertes

pour vos cultures et vos jardins

## Cours et ateliers pour 2015 pour jardiner bio

Des cours à thème en vue de cultiver des plantes saines et sans pesticides tout en respectant les rythmes de la nature... Mes cours vous offrent une vision de culture globale et sont donc adaptés autant aux novices qu'aux jardiniers avertis !

**Différence entre les cours et les ateliers :** Ateliers, env. 2 h, beaucoup de pratique, un peu de théorie.  
Cours, 1 journée ou ½ journée, beaucoup de théorie, un peu de pratique.

**"NOUVEAU"** Cette année, je vous propose mes cours dans une **session hivernale...** en effet, le printemps étant très riche en événements avec les fêtes, marchés, foires, anniversaires et autres manifestations, sans oublier les travaux au jardin ☺, il est difficile autant **pour vous que pour moi de trouver des samedis de libre**. N'hésitez pas à me faire part de vos suggestions...

| Sujet du cours ou de l'atelier                                                | Samedi     | Jour        |
|-------------------------------------------------------------------------------|------------|-------------|
| J'organise mon potager et en retire des avantages.                            | 07.02.15   | 1           |
| Le compost dans tous ses états.                                               | 21.02.15   | ½           |
| Atelier « Créer un décor avec la nature : tableau végétal »                   | 21.02.15   | 14H30-16H30 |
| Du rythme au jardin : terrestre ou céleste, un besoin pour vos plantes.       | 28.02.15   | 1           |
| Connaître et favoriser les animaux utiles au jardin.                          | 07.03.15   | 1           |
| Le sol, un monde à lui tout seul.                                             | 14.03.15   | 1           |
| Les plantes et les préparations bénéfiques au jardin.                         | 21.03.15   | 1           |
| Vos légumes et leur conservation.                                             | 28.03.15   | ½           |
| Atelier « Créer un décor avec les ressources de la nature : Pâques »          | 28.03.15   | 14h30-16h30 |
| Maladies et ravageurs, faisons mieux connaissance.                            | 04.04.15   | 1           |
| Atelier « Comment installer un petit milieu aquatique... 80 fr.               | 11.04.15   | 9h-11h30    |
| Atelier « J'entretiens mes plantes vivaces », 40 fr. <b>"NOUVEAU"</b>         | 11.04.15   | 14h30-16h30 |
| Atelier « Des gîtes pour nos auxiliaires du jardin », 50 fr. <b>"NOUVEAU"</b> | 18.04.15   | 9h-11h      |
| Mes cosmétiques bio « fait maison » ! + 20.- pour les fournitures             | Pas défini | 1           |

| Nos forfaits                     |                        | <i>vous économisez</i> | Forfaits pour les membres de            |               | <i>vous économisez</i> |
|----------------------------------|------------------------|------------------------|-----------------------------------------|---------------|------------------------|
|                                  |                        |                        | Pro Specie Rara                         |               |                        |
|                                  |                        |                        | BioConsommActeurs                       |               |                        |
|                                  |                        |                        | ARB (Association Romande de Biodynamie) |               |                        |
| 1 cours (½ jour)                 | 100.-                  |                        | 1 cours (½ jour)                        | 90.-          | 10.-                   |
| 1 cours (1 jour)                 | 120.-                  |                        | 1 cours (1 jour)                        | 110.-         | 10.-                   |
| 3, 4, 5 ou 8 cours               | de 330.- à 800.-       | 30.- à 120.-           | 3, 4, 5 ou 8 cours                      | 315.- à 720.- | 45.- à 200.-           |
| Plus d'info sur le site Internet |                        |                        | Plus d'info sur le site Internet        |               |                        |
| Horaire                          |                        |                        |                                         |               |                        |
| 1 journée                        | : 9h-12h / 13h30-16h30 |                        |                                         |               |                        |
| ½ journée                        | : 9h-13h               |                        |                                         |               |                        |

Je m'inscris ☐

Je souhaite recevoir les Newsletters ☐

Cours : \_\_\_\_\_ Date : \_\_\_\_\_

Nom, prénom : \_\_\_\_\_

Adresse : \_\_\_\_\_ NPA, ville : \_\_\_\_\_

Tél : \_\_\_\_\_ Mail : \_\_\_\_\_



# les solutions vertes

pour vos cultures et vos jardins

## Descriptif des cours

### J'organise mon potager et en retire des avantages !

Vous y découvrirez le principe de la rotation de cultures qui détermine l'emplacement des cultures selon leur famille variétale et leurs besoins. Il permet une meilleure gestion du sol mais également de maîtriser les ravageurs et maladies. Il permettra d'acquérir les bases d'une organisation indispensable au jardin.

👉 Exercice pratique pour votre potager

### Le compost dans tous ses états

Qui n'a jamais entendu son voisin dire : « Ah non merci pour les odeurs... pas de compost de mon côté ! ». Les mauvaises odeurs d'un compost sont le reflet d'un déséquilibre. Quelques principes de bases vous permettront d'élaborer un amendement riche et précieux pour votre jardin. Le tout en recyclant une grosse partie de votre poubelle...

👉 Plan pour votre futur compost et visite de ceux de Pousse Nature

### Du rythme au jardin : terrestre ou céleste, un besoin pour vos plantes

Le rythme lunaire est le plus connu et le plus vérifiable avec les marées... il est aussi important pour le jardinier que pour le marin. Venez le découvrir ainsi que tous les autres dont la nature est faite ; journalier, lunaire, planétaire, saisonnier... Apprenez à les respecter et vous jardinerez en rythme même sans musique !

👉 Exercice pratique pour votre potager

### Maladies et ravageurs, faisons mieux connaissance.

C'est quoi cette tâche, une maladie ? Drôle de petite bête que j'ai vue dans mon jardin... mais est-ce un ravageur ou un auxiliaire ? Est-ce grave ? Dois-je traiter, comment et avec quoi ? Nous vous présenterons les principales maladies et ravageurs... afin que vos interrogations s'estompent !

👉 Reconnaissance sur le terrain

### Les plantes et les préparations bénéfiques au jardin.

Les plantes ont toujours été utilisées par les hommes, réapprenons à les utiliser. Nous verrons ensemble les différentes préparations biologiques (extrait fermenté, tisane, décoction...) et comment les utiliser pour soigner nos végétaux. Leurs modes d'action (répulsive, fongique, insecticide, stimulante...). La liste des plantes utiles à mettre au jardin.

👉 Reconnaissance de plantes utiles et élaboration de préparations.

### Connaître et favoriser les animaux utiles au jardin.

Il existe de nombreuses familles d'auxiliaires (animaux utiles au jardin) ; insectes, mammifères, oiseaux, batraciens... Apprenez à les connaître et reconnaître mais aussi à favoriser leur venue afin d'établir un biotope capable de gérer, seul ou presque, les nuisibles.

👉 Construisons ensemble un gîte à auxiliaires pour votre jardin !

### Le sol, un monde à lui tout seul

La base de tout... le sol ! Il serait normal voire fondamental de commencer par là, non ?

Apprenez à connaître votre sol ; texture, structure, faune et flore seront au programme. Son étude et identification vous permettront de savoir quelle plante s'y plaira, quelle fumure y apporter, quand et comment le travailler, ses avantages et inconvénients ! Et surtout comment l'améliorer.

👉 Différents tests et observations

### Vos légumes et leur conservation

Vous avez la chance d'avoir un verger et un potager qui vous gratifie de généreuses récoltes, voilà qui est magnifique... il serait maintenant souhaitable qu'elles ne finissent pas au compost faute de pouvoir les manger à temps. Apprenez à récolter au bon moment. Découvrez quelques critères de culture ainsi que différents modes de conservation facilement accessibles.

👉 Elaboration d'une conserve, des recettes pour la maison

### Mes cosmétiques bio « fait maison » !

Nous vous familiariserons avec les huiles essentielles, les huiles végétales et autres produits utilisés pour la cosmétique naturelle. Sensibilisation sur les ingrédients des cosmétiques du commerce. Nous vous aiguillons sur les autres matières à utiliser (cire, beurre de karité...) ou éviter (paraffine, allergène...).

👉 Elaboration de 3 produits de soins, tel que pommade, crème ou lip.