

[Affichez cet e-mail dans votre navigateur](#)



LES ATELIERS / FORMATIONS AUTOMNE - HIVER 2023/2024



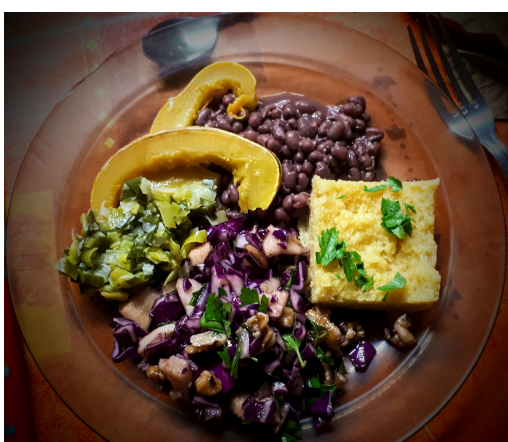
[En savoir plus](#)

Atelier poules pondeuses

Samedi 18/11 de 10h à 12h30

Nous vous proposons une matinée de formation pour pouvoir accueillir sereinement des poules pondeuses chez vous! Alimentation, besoins, poulaillers, nichoirs, pondoirs, soins quotidiens...

Toutes ces thématiques seront abordées lors de cette matinée d'initiation...



[En savoir plus](#)

Cours de cuisine végétarienne

un lundi soir par mois de 18h30 à 21h de novembre 2023 à mars 2024 (cycle de 5 ateliers)

Au cours de ces 5 ateliers, nous vous proposerons d'apprendre à équilibrer son assiette et à cuisiner les céréales, les légumineuses et les légumes et plantes sauvages du moment pour une cuisine de tous les jours saine (avec uniquement des produits AB), gourmande, efficace et économique (ces 4 notions nous semblent indissociables).



Cycle d'ateliers jardinage

6 samedis matins de 9h30 à 12h30 de décembre 2023 à juin 2024

Une approche alliant théorie et pratique pour apprendre à préparer la terre, faire vos semis et vos plants, connaître les besoins des plantes, entretenir vos plantations, réaliser votre compost....

[En savoir plus](#)



Atelier lactofermentation

Samedi 20 janvier 9h30 - 12h30

Une demi-journée pour acquérir les bases pour vous lancer et réaliser chez vous vos premiers bocaux lactofermentés!

[En savoir plus](#)

Ce qu'en disent les participants :

- *les poules : "Infos recueillies très précieuses avant d'envisager d'avoir des poules. Merci, c'était très clair, instructif et convivial :) J'ai pris confiance en moi et aussi réalisé certains enjeux."*
- *La cuisine : "Découvertes de nouvelles pratiques culinaires, coupe des légumes, conception de repas, cuisson des aliments, substitution inattendue de certains aliments par d'autres, développement de la conscience de leur impact sur la santé, de l'attention au goût dans le faire ensemble immédiatement praticable chez soi"*
- *Le jardinage "J'ai vraiment apprécié l'alliance du côté théorique et pratique (en étant sur le terrain pour certains ateliers : composts, semis, plants, arrosage, taille, préparation de la terre...), les explication simple, les idées, les astuces et les techniques faciles à mettre en pratique chez soi dans son propre potager"*

[FORMULAIRE D'INSCRIPTION AUX ATELIERS](#)