

Stage Initiation à la permaculture : du mercredi 20 au vendredi 22 octobre 2021

« Le jardin, et pourquoi pas un mandala ? »



Objectif de la formation

Organiser son jardin pour accueillir l'abondance - Comprendre et servir le vivant au potager. Il sera question d'outils, de méthode, de bonnes pratiques, d'observation, d'ergonomie de travail, de design et de bonne humeur au cours d'une session orientée « pratico-pratique » avec la construction d'un mandala de production en atelier, mais pas seulement : je vous propose 3 espaces dédiés à la théorie, de 2 heures chacun. Nous aborderons des notions fondamentales qui soutiennent l'approche permaculturelle et vous rendront bien vite autonomes par la mise en place d'une grille de lecture subtile et transversale à toute pratique en lien avec le vivant.

Les temps informels (déjeuners – dîners – soirées) seront consacrés aux partages autour de vos projets. Même si vous ne dormez pas sur place, je vous propose de rester pour le dîner et la soirée. Selon la nature de votre projet, il serait peut-être utile de structurer les documents que vous apporteriez avec vous avec une impression Géoportail de votre lieu et quelques photos !

NB - Nous ne pourrons pas travailler sur le projet de chaque personne mais écouter et réfléchir au projet d'un autre est très formateur aussi !

Les plus de ce stage :

- Env. 5 heures d'ateliers par jour pour être très concrets
- Un peu de théorie pour la culture générale et bien comprendre
- Approche du design sur des cas concrets de stagiaires
- Frédéric, l'animateur/formateur, propose méditation, yoga et ou expérience de bain de froid ... Gulène ne dispose pas d'un dojo, mais les bonnes âmes s'adaptent à tous !!

Prérequis :

Aucun ... si ce n'est un certain élan joyeux pour appréhender une approche respectueuse du vivant. L'homme a la capacité de servir la biosphère en conscience, comme toutes les autres espèces vivantes de cette planète, ou de la perturber, par inconscience.

Équipement :

- Une bonne paire de bottes, des gants,
- Vos petits outils de jardinage si vous en avez (n'en achetez pas exprès, vous disposerez de nouveaux éléments pour bien choisir après le stage) – houe – râteau – bêche – binette – pelle de plantation ...
- Veste et pantalon de pluie « just-in-case »
- Chapeau de pluie - bonnet ...
- Carnet de notes pratique pour le jardin – cahier pour les cours théoriques

Programme :

Jour 1 – Théorie le matin

- 8h 15 - Accueil Thé/ café + on fait connaissance
- 9h-11h Très court : Le concept et l'éthique de la permaculture & une brève histoire de l'agriculture. Pour comprendre pourquoi nous en sommes là ...
- On enchaîne sur les services écosystémiques dont les services rendus par la nature
Courte pause => on file au jardin !
- 11h15 – 13 h – Observation de l'espace, choix de la géométrie et de l'orientation des planches de culture, bornage.

Pause déjeuner 13h15 – 14h30 Service d'intendance collectif & rangement de l'espace repas

- 15h-18h tous au jardin continuation bornage et première
- Dîner 19h à 20h 15 - Service d'intendance collectif & rangement*
- Soirée consacrée à un design - fin de soirée max 22h00

Jour 2

Petit déjeuner 8h15 - 8h50 - Service d'intendance collectif & rangement

- 9h – 10h30 - Théorie
Le sol vivant – Comprendre la vie du sol, gérer et entretenir vie et fertilité
Courte pause => on file au jardin !
- 11h00 – 13 h – Construction des jardins – les passe-pieds et planches permanentes. Dégagements

Pause déjeuner 13h15 – 14h30 Service d'intendance collectif & rangement

- 15h-18h - Tous au jardin, continuation
- Dîner 19h - 20h 15 - Service d'intendance collectif & rangement*
- Soirée consacrée à un design - fin de soirée max 22h00

Jour 3

Petit déjeuner 8h15 - 8h50 - Service d'intendance collectif & rangement

- 9h – 10h30 Théorie
Le maraîchage / Organisation générale / Biodiversité / typologie de jardin, type de planche de culture, technique de base, gestion des associations et rotations de culture
Courte pause => on file au jardin !
- 11h00 – 13 h – Le mandala prend forme !

Pause déjeuner 13h15 – 14h30 - Service d'intendance collectif & rangement

- 15h-18h tous au jardin => continuation
- Dîner 19h à 20h 15 - Service d'intendance collectif & rangement*
- Soirée consacrée à un design - fin de soirée max 22h00

Attention le programme est susceptible de changer en fonction des éléments météo, des interactions heureuses et joyeuses dans l'espace vivant que nous ouvrirons dès 9h le mercredi 20 octobre, et des obligations sanitaires en vigueur... adaptation et engagements sont au rendez-vous !

Journées du 23 et 24 octobre 2021
Culture sur sol vivant : "Préparer l'hiver"

Programme à venir

Votre formateur :



FRÉDÉRIC SAUVADET

CONSEILLER EN PERMACULTURE,
PROFESSEUR DE YOGA, SOPHROLOGUE

Sensible aux alertes qui montrent que l'activité humaine et les incohérences systémiques menacent les équilibres du vivant et la communauté humaine à court terme, après une vie de voyageur et d'entrepreneur, il cherche à réduire son empreinte écologique personnelle et participer à la promotion de méthodes bio-inspirées à impact positif pour la biosphère.

Avec sa compagne Christine Joly, il s'installe en Bretagne pour fonder un écolier dédié à la transition écologique et au ressourcement : l'Etoile de Kerdréan.

Coté permaculture, la rencontre en 2014 avec Charles et Perrine Hervé-Gruyer est décisive : il trouve le chemin de sa lignée de paysans auvergnats et devient à 50 ans étudiant à l'école de Permaculture de la Ferme du Bec Hellouin, ferme productive et expérimentale, lieu d'échanges où se croisent chercheurs, étudiants, agriculteurs-paysans, citoyens en quête de sens, agronomes, urbanistes, paysagistes, sociologues, économistes ...

Il s'installe au Bec Hellouin en janvier 2016 et participe alors aux formations organisées à la ferme en tant qu'assistant et formateur. Son expérience s'appuie donc largement sur l'expérience originale de la Ferme du Bec Hellouin, elle-même en lien avec la recherche scientifique universitaire, privée ou institutionnelle.

Diplômé de sophrologie en 2011 à l'école de Bordeaux ISEBA, il devient professeur de Yoga, diplôme acquis en Inde à l'ashram Sivananda d'Uttarkashi, Himalaya en avril 2018. Fasciné par l'éveil de la conscience, il s'investit sur les aspects humains et sociaux de l'écologie et de la permaculture : école démocratique, monnaie locale, évolution de l'entreprise vers une gestion en accord avec les principes humains de la permaculture.

Témoignage de Charles-Hervé Gruyer – Ferme du Bec-Hellouin

Frédéric Sauvadet a joué un rôle déterminant dans notre entreprise qu'il a accompagné avec énormément de professionnalisme et d'humanité pendant plusieurs années. Nous avons eu de très nombreuses occasions d'apprécier sa compétence et sommes heureux de le compter parmi nos amis. Ses conseils d'entrepreneurs avisés nous ont aidé à franchir des caps difficiles et l'épanouissement de notre aventure lui doit beaucoup. Nous l'encourageons fortement à proposer des formations dans les domaines de la permaculture, du bien-être... Nous ferons tout pour l'appuyer, en lui faisant bénéficier de la visibilité de notre ferme pour assurer sa promotion, notamment durant les premières années. Nous recevons plus de demandes de formations que nous ne pouvons en honorer et serons heureux de les rediriger vers lui. Cette démarche sera d'autant plus naturelle que Frédéric Sauvadet a participé à l'animation de nos formations durant plusieurs années. Charismatique, emphatique, enthousiaste, il est un merveilleux leader et formateur



ISABELLE GERAUD

CUISINIÈRE NOMADE

"La cuisine a toujours été un fil conducteur dans ma vie, dont la pratique a évolué avec le temps.

C'est par les Beaux-Arts que j'ai commencé mon apprentissage artistique puis, après mon diplôme, la cuisine est revenue à moi.

A 36 ans j'ai passé mon CAP, il y a dix ans je créais un blog baptisé : "C'est local de saison et trop bon », car consommer de saison et local est devenu pour moi une évidence face à la malbouffe, la pollution et aussi pour soutenir les paysans locaux.

J'ai travaillé dans plusieurs restaurants et je suis aujourd'hui "cuisinière nomade".

Les plantes sauvages sont ma passion depuis petite où ma première formation m'a été donnée par ma grand-mère, par la suite les livres, l'observation attentive et les cueillettes m'ont fait découvrir les possibilités de ces plantes et ces arbres.

La nature et le monde m'inspirent : j'aime une cuisine curieuse, joyeuse, naturelle et conviviale, une cuisine du plaisir de la table ."

Tarifs

Animation/formation

Prix du stage :

- 230 € pour 3 jours (Initiation),
- 360 € pour 5 jours,

frais pédagogiques à régler directement à l'animateur

Acompte à la réservation : 50€, en chèque, libellé à l'ordre de Frédéric Sauvadet, à adresser avec le bulletin d'inscription dûment rempli à l'adresse de contact (voir le bulletin d'inscription).

Hébergement/restauration

Hébergement sur place possible, en gîte partagé : 35€ la nuitée par personne, petit déjeuner compris. Si il n'y a plus de place à Gulène, un hébergement dans le village (1 km) est possible, en chambre individuelle ou studio (40 à 50€ la nuitée), nous vous donnerons les coordonnées des hébergeur(e)s. Restauration : 40€ par jour, pauses comprises, le repas du soir est préparé ensemble.

Possibilité d'arriver la veille au soir (mardi 19), et/ou de repartir le lendemain du stage (samedi matin ou lundi matin en fonction de la durée du stage choisie), avec nuitée(s) supplémentaire(s), le dîner du mardi soir est partagé sur le principe de l'auberge espagnole.

En gîte, le linge de lit est fourni à l'arrivée, le linge de toilette et produits de douche sont à apporter. Pour l'hébergement dans le village, le linge de lit et de toilette est généralement fourni, à faire confirmer lors de votre réservation auprès de l'hébergeur(e).

Réservation :

- Toutes informations administratives : par téléphone auprès de Pascale Leclerc.
- Information sur le contenu du stage : par téléphone auprès de Frédéric Sauvadet.

Ce stage est ouvert pour seulement 8 personnes afin de favoriser la transmission de connaissances et les échanges interpersonnels.

Les 2 journées complémentaires sont ouvertes uniquement aux personnes ayant déjà assisté au stage d'initiation de 3 jours (d'avril ou octobre).

Les inscriptions sont validées dans l'ordre d'arrivée des bulletins d'inscription remplis et accompagnés de 2 chèques :

- 1 chèque d'acompte pour l'hébergement, soit 50€ à l'ordre de Pascale Leclerc
- 1 chèque d'acompte pour l'animation, soit 50€ à l'ordre de Frédéric Sauvadet
- la restauration sera à payer directement sur place à votre arrivée

Le bulletin d'inscription et les chèques sont à transmettre à :

Pascale Leclerc - 3 bis rue Saint Nicolas 78690 Saint Rémy l'Honoré

NB : Les chèques ne sont pas encaissés, ils pourront être remplacés à votre arrivée par des espèces. Les espèces sont un patrimoine de l'humanité, aujourd'hui menacé ; nous sommes donc éthiquement favorables au paiement en espèces.

- Annulation de la part des stagiaires -hors raison sanitaire ou cas de force majeure- :
 - Jusqu'à 3 semaines avant la date du stage : pas de frais
 - De 21 jours avant la date du stage au jour du stage : l'acompte est dû.

Informations pratiques

Adresse : Écolieu du Domaine de Gulène - 89560 DRUYES LES BELLES FONTAINES

Contact de l'organisatrice : Pascale Leclerc

Mail : LesSourcesDeGulene@gmail.com

Téléphone : 06.84.76.70.43

Contact de l'animateur : Frédéric Sauvadet

Mail : fsauvadet@me.com

Téléphone : 06 14 69 89 53