



SOMMAIRE

Trois approches originales du Vivant

Présentation du catalogue des formations

Thèmes pour stages d'une journéeAnnexe N° 1

Thèmes pour conférences et ateliersAnnexe N° 2

Bien plus que des stages !

Trois approches inédites du Vivant

Emergence de repères

Approcher avec humilité le sens de la vie, prendre conscience de la grandeur de notre aventure humaine et tenter d'identifier les valeurs essentielles enseignées par la nature...

Accompagnement des métamorphoses

Nécessité ou utopie du changement, orientations à donner à sa vie entre défis et opportunités, mise en forme de projets, transformation du regard, identification des conditionnements et aller vers davantage de liberté et de lucidité, émergence de ce que nous sommes vraiment...

Quête des nourritures

Pour vivre « autrement », découvrir l'univers fabuleux de l'alimentation vivante et de la cuisine sauvage ; s'inspirer de la sagesse des savoir-faire ancestraux et mettre en place tous les outils pour enchanter le quotidien...

OSEZ VOTRE NOUVELLE VIE !

Notre démarche de transmission prend tout son sens en vous invitant en priorité à rechercher vos racines, à retrouver le bon sens paysan et à observer le Vivant dont la sagesse peut nous guider au quotidien. Ensuite seulement les recettes et savoir-faire trouveront toute leur dimension pour vous permettre de prendre votre élan et déployer harmonieusement vos ailes :

- Pour votre épanouissement personnel
- Pour enrichir vos activités professionnelles
- Et pour partager le plus largement possible

DES OPPORTUNITES POUR VIVRE AUTREMENT !

Stages de 1 à 5 jours. Accompagnement individuel. Formations par correspondance.

Plus de 50 thèmes en harmonie avec le Vivant : selon le catalogue ou sur mesure.

En Alsace ou à organiser près de chez vous

A QUI S'ADRESSENT CES INTERVENTIONS ?

Particuliers, porteurs de projets ou professionnels, à titre individuel

Centres organisateurs de stages, associations, groupements professionnels...

Présentation du catalogue des formations

Stages d'une journée

Parmi l'ensemble du catalogue, soit plus de 50 thèmes, il y en a une vingtaine qui sont programmés habituellement à 67220 Lalaye. Ce sont ces journées qui sont concernées par les bons-cadeau. La cinquantaine de thèmes peuvent, tels que ou panachés, servir d'inspiration pour des structures organisatrices se trouvant n'importe où en France, Belgique, Suisse afin de concevoir des formations ou événements sur mesure.

Liste des thèmes pouvant être abordés en une journée : Annexe N°1 ci-dessous

Stages longs de 2 à 5 jours

Comme pour les stages d'une journée, il y a ceux qui sont déjà programmés à Lalaye et les autres. Le contenu étoffé et spécifique de ces stages permet d'envisager leur programmation par des structures organisatrices n'importe où en France.

Ces stages ont vocation à être animés pour des groupes ; mais ils peuvent parfaitement répondre à une demande individuelle : un restaurateur, un porteur de projet, par exemple.

Stages de 5 jours

- Alimentation vivante
- Trouver sa voie et transformer sa vie
- Des vacances... autrement

Stages d'approfondissement de 5 jours

- Alimentation vivante
- Les fondamentaux pour une vie nouvelle

Stages de 2 jours

- Nouvelles approches gastronomiques
- Une nouvelle vie à la campagne ?
- Optimisez l'animation de vos stages
- Faites le point sur vos choix de vie
- Gestion administrative : mieux s'organiser
- Valorisez vos engagements écologiques
- Découvrez l'univers des fermentations alimentaires

Détail sur simple demande

Formation par correspondance

Elle comporte actuellement cinq modules. Une réflexion est engagée pour proposer des modules séparés, ce qui pourrait mieux répondre à des demandes plus ciblées.

Conférences, causeries et ateliers

Voir ci-dessous Annexe N° 2

Consultations individuelles

Personnalisation et approfondissement des stages présentés par ailleurs

- Mise en place de nouvelles activités ou aménagement de celles existant déjà pour les enrichir en déclinant le thème « nature »
- Introduction d'une alimentation vivante et de la cuisine sauvage dans vos activités
- Mise en place d'une activité artisanale de fabrication
- Mise en place d'une activité agro-touristique d'accueil et d'hébergement
- Mise en place d'un espace de biodiversité

Consultations sur thèmes non abordés lors des stages

- Valorisation de terrains avec un objectif pédagogique
- Mise en place de centre écologique
- Outils thématiques pour enrichir vos activités : repas, stages, festival, expositions, manifestations diverses

Détail sur simple demande

Modalités pratiques pour les stages animés à l'extérieur

Jardin Gourmand assure la diffusion de son programme de stages. Ceci se fait sur la base de son d'adresses (plus de 20.000 adresses) et sur son blog et site Internet.

Pour autant, ces actions ne permettent pas de remplir les stages organisés hors Alsace.

L'essentiel de la fréquentation des stages reposera donc sur la capacité de la structure organisatrice à communiquer afin de trouver les participants.

Tarif à la journée avec forte dégressivité ou forfait par participant.

Prévoir hébergement et déplacement (tarif SNCF seconde) de l'animateur.

Programmation de l'année en Alsace

Voir sur le site www.jardingourmand.com page Programme

Présentation détaillée des formations proposées

Voir sur le site www.jardingourmand.com page A vous d'organiser

L'École Buissonnière est l'une des activités de l'association Jardin Gourmand



Gérard Verret - 3b, rue de Bassemberg – 67220 Lalaye - 03 88 58 91 44
gerard@jardingourmand.com – www.jardingourmand.com

Organisme de formation enregistré **sous le N° 42670391367**

Affilié à Alsace Nature/FNE

Registre des associations au Tribunal d'Instance de Sélestat
sous VOL N° 30 FOL N° 23 // Siret : 501 324 750 00014

Thèmes des stages d'une journée

Cuisine sauvage	100 sts
J'accommode de mille façons l'ail des ours et autres fines herbes sauvages	101
Je m'ensauvage avec les orties et autres herbes folles	102
Je me laisse séduire par l'enchantement de la cuisine des fleurs	103
Je passe une journée Sup'herbes : orties, ail et autres bonnes herbes	104
Je suis gourmand de chocolats sauvages et fleuris	105
Je prépare un assortiment d'amuse-bouche et grignotages sauvages pour apéritifs et brunchs	106
Je fais entrer la nature dans ma cuisine : recettes faciles, gourmandes et créatives	107
Je cuisine avec délicatesse pour plaire aux fées	108
Je brise la routine et mets de la fantaisie dans mon assiette	109
Je concocte desserts sauvages et fleuris	110
Je pars pour un voyage plantastique : palette de saveurs, de couleurs, de textures et d'arômes.	112
Je vénère Sainte Rose et découvre ses secrets fleuris	113
Remise en forme printanière : ail des ours et fines herbes	114
Alimentation vivante	150 sts
Je diversifie mon alimentation avec 12 céréales : cuisine et pâtisserie	151
J'ai décidé de consommer mieux et dépenser moins. Mieux connaître les nouveaux ingrédients pour un renouveau dans nos assiettes	152
Je mitonne un repas pour amoureux	153
Je cuisine sainement : cuisson, conservation, congélation...	154
Je joue avec les délices déshydratés	155
Je suis fan de fanes et j'accommode les restes	157
Je voyage du grain à la farine. Pains spéciaux faciles à faire	158
Je découvre une cuisine végétarienne joyeuse et gouteuse	159
Je m'offre gâteaux de Noël et gourmandises permises	160
J'apprivoise le pain au levain	161
J'ose délire et délices de courges et légumes anciens	162
Je m'initie à la cuisine bio	163
Je cuisine bio-malin	164
La magie des produits fermentés : probiotiques et autres	165
Cuisine hypotoxique : gluten, lactose, cuissons, etc.	166
Consommer mieux pour dépenser moins	167
Apéro dinatoire	168
Desserts de fête	169
Ingrédients sauvages et recettes raffinées	170
Frugalité et volupté : vivre somptueusement avec moins	171
Alimentation vivante	172
Cuisine saine pour personnes pressées	173
Santé et bien-être	200 sts
Je m'initie aux vertus des plantes médicinales et alimentaires	201
Je découvre l'univers des sirops, tisanes et vieux remèdes	202

Je pénètre l'univers des huiles essentielles et des eaux florales	203
Je me dope avec les boissons de la forme et autres secrets d'endurance	204
Je perce les secrets de santé d'une alimentation vivante	205
Les clés d'une bonne santé au naturel	206
Quotidien pratique et Savoir-faire	300 sts
Je réalise de merveilleuses conserves naturelles	302
Je décore avec la nature pour enchanter ma maison	303
Je fais entrer la nature dans ma maison	303
Je crée mes cosmétiques naturels	304
J'élabore mon projet écologique et m'apprête à changer de vie	305
Je prépare un Noël nature , tout simplement	306
Je fais mes produits d'entretien pour un éco-logis	307
Je réalise mes cadeaux gourmands : recettes d'hier et d'aujourd'hui	308
Je me régale de confitures atypiques et d'anciens secrets de chaudron	309
Jardin vivant	400 sts
Une journée au jardin : plantes sauvages et cultivées ; leurs utilisations	400
Idées pour un jardin-refuge de biodiversité	401
Mystères de la Vie	500 sts
Je me prépare à la magie de la St Jean d'été	501
Je pars à la rencontre des esprits de la nature	502
Je me mets à l'écoute des enseignements du vivant	503
J'approche la magie verte et les secrets de la vie	504
Je pars à la découverte de l'arbre-maître	505
Je change de regard pour de nouveaux points de vue sur la nature	506
Sortie photo entre regard et points de vue	507
Je m'aventure sur la voie de l'émerveillement : à la découverte d'un art de vivre nature	508
L'art de la simplicité , clé du bonheur	509
Boostez votre créativité pour une vie épanouie	510

Conférences, causeries et ateliers

Conférences, causeries

Devenir pleinement acteur de sa vie
 Liberté et conditionnements : les liens qui libèrent
 Rythmes, cycles et rituels
 Dualité et approche « totum »
 Le sauvage dans l'approche du Vivant
 Éco-spiritualité laïque
 Vers la simplicité : une voie pas simple
 L'alimentation vivante : les fondements
 Probiotiques et microbiote intestinal

Ateliers-démonstration Cuisine et Crusine

Astuces pour une alimentation vivante, simple, rapide, sans matériel onéreux

Boissons de la forme
Kéfir de fruits : boisson probiotique
Kombucha : champignon de longue vie
Kéfir de lait (animal ou végétal)
Graines germées
Graines germées : astuces de culture
Graines germées : utilisations originales
Dégustations commentées
Boissons probiotiques, lait végétal, etc.
Légumes fermentés
Réalisation des légumes fermentés
Utilisation crue des légumes fermentés
Dégustations commentées
Légumes fermentés, fromage végétal, etc.
Cuisine sauvage
Cuisine des fleurs
Plantes médicinales et alimentaires
Cuisinez aussi la beauté
Astuces pour décoration culinaire nature

Autres thèmes

À définir en s'inspirant de la liste de mes stages : annexe N° 1