



Rue de la Comtesse Adèle 36  
B-6721 Anlier

Tél 063/42 47 27  
Fax 063/41 29 52

[www.natureattitude.be](http://www.natureattitude.be)  
[info@natureattitude.be](mailto:info@natureattitude.be)

# Formations et ateliers

## Programme 2021

Lors des ateliers et formations, nous souhaitons transmettre des savoirs et savoir-faire respectueux de la nature et de l'environnement, tout en permettant la réflexion par rapport à notre modèle de société et un échange informel entre les participants. Alliant généralement la théorie à la pratique, ils tiennent à la fois de l'atelier manuel et de la formation plus intellectuelle.

D'une demi-journée à plusieurs jours, les ateliers et formations sont dispensés/sées soit par des formateurs extérieurs, soit par les animateurs de Nature Attitude – CRIE d'Anlier.

ATTENTION ! Ce programme est publié en début d'année et des modifications peuvent y être apportées par la suite. Si vous êtes inscrit à un atelier, vous serez averti personnellement d'éventuelles changements. Vous trouverez toutes les **informations à jour dans l'agenda en ligne**.

### Modalités d'inscription :

Pour participer à un atelier ou une formation, il est indispensable de s'inscrire au préalable car le nombre de place est limité ! L'inscription se fait en ligne en accédant à chaque activité. Le prix sont mentionnés dans chaque descriptif. **Le paiement s'opère en ligne lors de l'inscription.**

Nature Attitude se réserve le droit d'annuler ou de reporter toute activité par manque de participants ou par précaution sanitaire.

**Si vous rencontrez des difficultés avec le coût ou les services en ligne, notre secrétariat vous aidera volontiers par téléphone au 063/42 47 27.**

## Atelier microbrasserie

Produire sa propre bière est à la portée de tous !

C'est en tous cas notre certitude et nous allons vous le prouver lors de cet atelier de découverte de la fabrication de la bière. Il y a quelques centaines d'années, chaque village de Belgique avait sa propre brasserie, voire plusieurs. Beaucoup de villages ont encore des noms de rue révélant leur passé lié à la bière : rue des houblonnières, rue des brasseurs ou encore rue de la malterie.

Ce savoir, accaparé par de grands groupes industriels, refait peu à peu surface et nous vous proposons de le redécouvrir ensemble et de vous le transmettre lors de cet atelier qui alternera moments d'explications théoriques et exercices pratiques. Tous ensemble, nous réaliserons un brassin de 30l d'une bière authentique composée d'ingrédients locaux et bio.

Le premier jour sera consacré à la fabrication commune du brassin. Lors de la seconde journée, vous embouteillerez vos bières et chacun repartira avec, outre un nouveau savoir, un pack de 6 bouteilles de 33cl, à déguster chez soi !

L'atelier sera animé par David Louis et Thomas Gerard, pico-brasseurs et amoureux de ce breuvage unique.

**Dimanche 24 janvier 2021 de 9h à 17h et dimanche 28 février 2021 de 9h à 12h - 60 €**

Inscriptions en ligne : [www.natureattitude.be](http://www.natureattitude.be)

Précisions sur le contenu : [coqrie@gmail.com](mailto:coqrie@gmail.com)

## Atelier petit-déjeuner vivant - Recettes 100% végétales, naturellement sans gluten et sans lactose

Vous vous sentez fatigués ? en manque d'énergie ? Vous recherchez des idées de recettes nutritives et gourmandes pour le petit-déjeuner ?

Démonstration et dégustation de délicieuses recettes simples et sans cuisson :

- o un smoothie bowl multivitaminé
- o un pain sans cuisson
- o un granola au cacao extrait à froid,
- o un fromage frais aux noix de Macadamia et fines herbes

Nancy Grandjean, conseillère en alimentation vivante et créatrice du label Food'Vitalité, vous propose un nouvel atelier gourmand autour des bienfaits de l'alimentation vivante, 100% végétale, naturellement sans gluten et sans lactose.

**Samedi 6 février 2021 de 9h30 à 12h30 - 60 €**

Inscriptions en ligne : [www.natureattitude.be](http://www.natureattitude.be)

Précisions sur le contenu : [nancy@foodvitalite.com](mailto:nancy@foodvitalite.com) ou via [www.foodvitalite.com](http://www.foodvitalite.com)

## Premiers pas en Permaculture : week-end d'initiation

Vous souhaitez vous faire une idée plus précise de ce qu'est la permaculture et du projet d'avenir qu'elle propose ? Voici l'occasion de prendre deux jours pour découvrir les fondements, l'éthique et les principes de la permaculture à travers une approche pédagogique variée.

Fanny et Andrea vous invitent à déconstruire « les idées toutes faites de la permaculture », et à construire vos pratiques sur des bases de compréhension et d'observation simples mais solides.

A travers la visite de notre jardin, découvrez des techniques efficaces comme :

- la serre étroite (quasiment) sans arrosage
- le jardin forêt
- le piège à chaleur
- la spirale à épices
- les cultures étagées
- ....

Le week-end est animé par Andrea Giordano, permaculteur chez Nature Attitude et Fanny Lecrombs, agronome, maraîchère et passionnée par la permaculture.

**Samedi 20 et dimanche 21 février 2021 de 9h30 à 16h30 - Prix forfaitaire : 100€**

Inscriptions en ligne : [www.natureattitude.be](http://www.natureattitude.be)

Précisions sur le contenu : [fanny@lammauvaiseherbe.bio](mailto:fanny@lammauvaiseherbe.bio) ou 0474/960302

## Cycle : Soins à la terre et jardinage écologique

Un pan important de la permaculture consiste à prendre soin de la Terre tout en créant une production alimentaire. Chaque premier jeudi du mois, au fil de la belle saison, nous vous partagerons une approche du jardinage écologique et vous accueillerons pour une journée qui mêle discussions théoriques et activités pratiques.

Plus particulièrement, nous approfondirons les thématiques suivantes :

- > Intégration du potager dans l'écosystème du jardin, mise en culture d'une parcelle
- > Planification de culture potagère, semis et repiquages de printemps
- > Techniques de non-travail du sol, paillage et grelinette
- > Protection des cultures et lutte biologique
- > Plantes vivaces au jardin
- > Production, récolte et conservation de semences

**Tous les premiers jeudis du mois, de mars à octobre (sauf juillet-août) : 4 mars, 1er avril, 6 mai, 3 juin, 2 septembre, 7 octobre 2021. Horaire : 9h-16h. Prix forfaitaire : 210€**

Animations et discussions théoriques le matin, repas en auberge espagnole, travaux pratiques l'après-midi.

Inscriptions en ligne : [www.natureattitude.be](http://www.natureattitude.be)

Précisions sur le contenu : [info@natureattitude.be](mailto:info@natureattitude.be) ou 063/42.47.27

## Atelier Taille des fruitiers palissés - Cycle de 3 demi-jours

L'installation de fruitiers palissés dans un jardin permet de profiter de la production de fruits chez soi en un minimum de place. Quelle que soit leur forme, la formation et la taille de ces arbres palissés sont cependant assez techniques et nécessitent plus de suivi que leur équivalent en forme libre.

Cette formation est donnée par Adeline Gillet et consiste en 3 ateliers répartis sur un cycle annuel de suivi d'arbres palissés. Chaque séance comprend une discussion théorique en salle (3/4h environ), suivie d'une séance de travail pratique dans le verger de Nature Attitude (pommiers et poiriers).

- Sa 13 mars 2021 : La plantation de fruitiers palissés, les différentes formes possibles et la taille d'hiver. Les fruitiers basses-tiges plantés dans le potager de Nature Attitude en novembre 2017 sont toujours en cours de mise en forme pour obtenir une architecture en "arcure Lepage".
- Sa 26 juin 2021 : La 1ère taille en vert et la protection des fruitiers palissés contre les ravageurs.
- Sa 28 août 2021 : La 2e taille d'entretien en vert, l'entretien du rameau à fruits, le nourrissage (engrais) et la protection contre les maladies et les conditions climatiques.
- Horaire: de 13h à 16h.
- Lieu: Nature Attitude asbl, rue Comtesse Adèle 36, 6721 Anlier.
- Matériel nécessaire: bottines, vêtements adaptés à la saison, gants de jardinage, sécateur.
- Accès aux ateliers: à partir de 16 ans, pour min. 5 à max. 12 personnes.

**Samedis 13 mars, 26 juin et 28 août 2021, de 13 à 16h - 75€ pour le cycle de 3 séances.**

Inscriptions en ligne : [www.natureattitude.be](http://www.natureattitude.be)

Précisions sur le contenu : [info@chimeric.be](mailto:info@chimeric.be) ou 0475/42.03.78.

## Atelier vannerie sauvage

La Nature regorge de trésors cachés... Marianne Graff, vannière professionnelle, vous invite à vous laisser inspirer par le toucher du noisetier, la couleur du houblon, la douceur ou au contraire la rugosité des racines et écorces sauvages de nos contrées.

Une fois les précieux matériaux récoltés, Marianne vous accompagne et vous aide à les détourner au fil de votre créativité. Réalisez un œuf, un nid, un insecte, un petit personnage ... et ramenez-le à la maison avec tout le bagage nécessaire pour vous autonomiser dans cette pratique!

Pour cette journée, prévoyez : une tenue adaptée à l'extérieur, éventuellement un sécateur et votre pique-nique !

**Le samedi 27 mars 2021 de 9h à 16h - 60€**

Inscriptions en ligne : [www.natureattitude.be](http://www.natureattitude.be)

Précisions sur le contenu : [dethisem@scarlet.be](mailto:dethisem@scarlet.be)

## Permanences : Au contact de Gaïa

Tous les mercredis d'avril à octobre, nous sommes sur le terrain pour développer nos projets et notre jardin. Vous pouvez nous rejoindre pour partager ces journées et apprendre à notre contact, en toute simplicité, au fil des saisons et de ce qu'il y a à faire. Les tâches iront de la préparation de parcelles à la récolte des légumes en passant par le compost, l'implémentation de la forêt comestible et la réalisation de petites constructions en bois (nichoirs, ...).

Aucune animation spéciale ou apport théorique construit n'est prévu. Si vous avez du temps libre, on vous recommande vivement ce petit bol d'air bienfaisant et riche en apprentissages !

C'est gratuit et vous pouvez venir soit de façon continue (on vous le conseille !!), soit au gré de vos disponibilités et de l'évolution de vos projets. Merci d'avoir l'amabilité d'annoncer votre venue. Auberge espagnole à midi !

**Tous les mercredis d'avril à octobre de 9h30 à 16h en fonction de vos souhaits ou de vos dispos – Gratuit !**

Annoncez votre venue à Andrea : [andrea.giordano@natureattitude.be](mailto:andrea.giordano@natureattitude.be)

## Atelier aromathérapie

Si, quand on parle d'huiles essentielles, certaines des questions suivantes se posent :

- Quelles HE utiliser pour la période hivernale ou en cas d'insomnie ?
- Comment appliquer le Ravintsara ou le Petit grain bigarade ?
- Quelle voie d'administration choisir en fonction de l'HE ?
- ...

Alors, cet atelier est fait pour vous !

Au travers de cette journée, Thérèse vous propose une formation autour des bases de l'aromathérapie.

Une dizaine d'huiles essentielles seront abordées (Lavande vraie, Tea tree, ...) pour soulager les maux du quotidien.

Vous aborderez également les dangers et les voies d'administration de ces huiles, afin de les utiliser en toute sécurité.

La formation est élaborée pour être accessible à tous.

**Le samedi 29 mai 2021 de 09h30 à 16h30 - 70€**

Inscriptions en ligne : [www.natureattitude.be](http://www.natureattitude.be)

Précisions sur le contenu : [terredesoy.he@gmail.com](mailto:terredesoy.he@gmail.com) ou 0498/830.300

## Atelier Gestion de l'eau au potager

Cela ne vous a pas échappé, nos étés sont de plus en plus secs, au point que même les arbres perdent des feuilles dès la mi-août !

Comment cultiver un potager dans ces conditions ? Quels sont les trucs et astuces qui, mis bout à bout, nous permettront de croquer des légumes tout l'été sans gaspiller la précieuse ressource, ni trahir nos portefeuilles ?

Est-il possible, chez soi, de mettre en place un système d'irrigation gravitaire passif du type goutte à goutte ? Quelles fournitures choisir et où les trouver ? Combien ça coûte ? Devra-t-on encore arroser certaines choses par aspersion ?

Au cours de ces quelques heures, faites le tour de ces questions avec Fanny, qui vous partagera ses expériences et observations de terrain, boires et déboires !

La journée est proposée par Fanny Lecrombs, agronome, passionnée par la permaculture et maraichère dans une micro-ferme.

**Le samedi 19 juin 2021 de 14h à 17h30 - 35 €**

Inscriptions en ligne : [www.natureattitude.be](http://www.natureattitude.be)

Précisions sur le contenu : [fanny@lammauvaiseherbe.bio](mailto:fanny@lammauvaiseherbe.bio) ou 0474/960 302

## Atelier distillation de plantes et eaux florales

Alexia vous propose une rencontre qui vous permettra de découvrir l'art de la distillation de plantes médicinales et comestibles. C'est le procédé d'extraction qui est utilisé pour produire des huiles essentielles et des hydrolats : vous pourrez le reproduire facilement à la maison et produire vous-mêmes vos eaux florales à moindre coût !

Nous irons cueillir un mélange de plantes que nous distillerons ensemble. Ensuite, nous transformerons l'hydrolat obtenu en un produit pour notre quotidien : dentifrice, crème de jour ou déodorant avec des recettes faciles à pouvoir refaire chez soi !

Alexia Boucau est productrice d'hydrolats dans la région de Rochefort. Elle propose des formations autour de la nature et des soins aux personnes et aux lieux... dans l'envie de co-créer avec la nature un équilibre harmonieux.

**Le samedi 26 juin 2021 de 14h à 17h - 20€**

Inscriptions en ligne : [www.natureattitude.be](http://www.natureattitude.be)

Précisions sur le contenu : [alexia@messagere.be](mailto:alexia@messagere.be) ou 0486/173.265

## CCP automne : Cours certifié de Conception en Permaculture

Le cours de conception en permaculture (CCP) est un cursus de 12 jours, conçu selon un canevas éprouvé au niveau international. Durant cette période, Nature Attitude vous propose d'ouvrir votre imaginaire et de découvrir une autre façon de penser, d'être et d'agir dans le monde.

Notre CCP est certifiant, c'est-à-dire qu'il donne accès à une reconnaissance qui vous permettra, si vous le désirez, d'aller plus loin dans vos démarches permacoles.

Dans une alternance de sessions théoriques et d'ateliers pratiques, de visites de sites et de rencontres d'intervenants, de travaux de groupes et individuels, vous approfondirez les thématiques suivantes :

### **Première session :**

- Historique et vision de la permaculture
- L'approche systémique
- Principes issus de l'observation des écosystèmes naturels
- La bio-région: lire un paysage
- La succession écologique: comprendre les dynamiques naturelles
- Les sols : les observer et interagir avec eux
- L'eau : appréhender cette précieuse source de vie
- Visite d'une micro-ferme en maraichage bio-intensif

### **Deuxième session :**

- Les patterns: comment les formes de la nature nous inspirent
- Le design: utilité, méthodes et trucs pratiques
- Constitution des groupes de design
- Les trois éthiques de la permaculture
- La permaculture humaine
- Pratique du design (travaux de groupe)
- Le potager permacole, les paillis, les composts
- Visite des jardins de Nature Attitude
- La fleur de la permaculture

### **Troisième session :**

- L'habitat alternatif (Violaine de Crombrughe)
- Les enduits en terre
- Les climats et microclimats
- L'arbre : la haie, le verger, les forêts comestibles
- Le petit élevage (visite de la ferme du grand enclos)
- Pratique du design (projets individuels) \*

### **Quatrième session :**

- La gouvernance organique : la transition de NA en Holacracy
- Pratique du design (travaux de groupe)
- Présentation des designs personnels
- Présentation des designs de groupe
- Remise des certificats

Le CCP est coordonné par Fanny Lecrombs, agronome, maraîchère et passionnée par les perspectives que nous ouvrent la permaculture. Le programme complet et le détail des

modalités pratiques est disponible sur notre site internet. Ne tardez pas, cette formation est très demandée et le nombre de places limité.

**4 sessions de 3 jours : 10-12 septembre ; 1-3 octobre ; 22-24 octobre ; 5-7 novembre 2021  
- Prix forfaitaire : 700€**

Inscriptions en ligne : [www.natureattitude.be](http://www.natureattitude.be)

Précisions sur le contenu : [fanny@lamauvaiseherbe.bio](mailto:fanny@lamauvaiseherbe.bio) ou 0474/960302

### Atelier Découvrir sa terre et démarrer son potager permacole

« Ça y est, c'est décidé : la saison prochaine, je m'y mets ! Salades, navets, radis : plus un printemps sans semis ! »

L'automne est la saison idéale pour s'approcher de la terre et préparer son potager. Nous vous proposons de prendre toute une journée pour découvrir quelques grandes clés qui vous permettront de commencer ... sans vous planter :-)

- \* Où placer mon potager ?
- \* Quelle est cette terre que je ne connais pas ?
- \* Comment fonctionne-t-elle et comment puis-je interagir avec elle sans lui nuire?
- \* Comment se débarrasser de l'herbe qui recouvre le sol ?
- \* Quelles techniques « de permaculture » sont adaptées à mon contexte particulier ?
- \* Est-ce possible de jardiner sans se casser le dos ?
- \* Quels sont les légumes faciles pour commencer une première année ?
- \* Où trouver des semences ? ...

La journée est proposée par Fanny Lecombs, agronome, maraîchère et passionnée par la permaculture.

**Le samedi 16 octobre 2021 de 9h30 à 16h30 - 45 €**

Inscriptions en ligne : [www.natureattitude.be](http://www.natureattitude.be)

Précisions sur le contenu : [fanny@lamauvaiseherbe.bio](mailto:fanny@lamauvaiseherbe.bio) ou 0474/960 302

**Prévoyez :** votre pique-nique, une tranche non perturbée de votre sol sur la plus grande profondeur possible (vivement conseillé) et un plan de votre terrain reprenant l'implantation de votre maison (optionnel)

### Taille douce des arbres fruitiers

Obtenir une production de fruits en quantité et de qualité nécessite un suivi de taille des fruitiers, dès la plantation et jusqu'au vieil arbre. La taille dite « douce » des fruitiers favorise l'ensoleillement et l'aération de l'arbre et du verger, tout en limitant le nombre d'interventions. Elle s'adapte donc bien aux vergers de loisir et de conservation, et se pratique idéalement à la fin de l'automne.

La formation sera donnée par Adeline Gillet, et s'intéressera aux arbres haute-tige et moyenne-tige, comme aux petits arbustes fruitiers.

Matériel nécessaire : bottines, vêtements adaptés à la saison, gants de jardinage, sécateur.

**Le samedi 13 novembre 2021 de 13h à 16h - 25 €**

Inscriptions en ligne : [www.natureattitude.be](http://www.natureattitude.be)

Précisions sur le contenu : [info@chimeric.be](mailto:info@chimeric.be) ou 0475/42.03.78