



Association *Liens, Enseignements, Sens et Autonomie*
Centre de Formation
Le Village 05300 Éourres
04 92 49 65 93
contact@asso-lesa.com
www.asso-lesa.com
www.sens-et-autonomie.com
n°siret: 500 169 339 00016

déclaration d'activité enregistrée sous le n° 93 05 00691 05
auprès du préfet de région de Provence-Alpes-Côte d'Azur

Programme 2017



Précisions : une journée-type de 7 heures se cale sur l'horaire 9h-12h30, 13h30-17h, une journée de 6 heures sur l'horaire 9h-12h, 13h30-16h30, et une journée de 5 heures sur l'horaire 9h-12h, 14h-16h. Les ateliers "plantes sauvages culinaires" de 5 heures ont lieu de 9h à 14h car ils incluent le repas partagé. Une demi-journée de 3h30 se cale sur l'horaire 9h-12h30 ou 13h30-17h, une demi-journée de 3h se cale sur l'horaire 9h-12h ou 13h30-16h30. Des changements d'horaire sont possibles **avec l'accord de tout le groupe** (formateur et apprenants). Concernant les entretiens individuels (*PVI ou bilans de compétences), chaque stagiaire est invité à s'y inscrire; il y a 6 créneaux par jour pour les entretiens d'une heure: à 9h, 10h, 11h, 13h30, 14h30, et 15h30; 5 créneaux pour les entretiens d'une heure trente: 8h30-10h, 10h-11h30, 12h30-14h, 14h-15h30, et 15h30-17h; 4 créneaux pour les entretiens de deux heures: à 8h, 10h, 13h et 15h. **Merci de respecter ces horaires et de prévenir le formateur concerné au moins la veille d'éventuels retards ou absences.**

*PVI= entretiens individuels sur le projet de vie

- **Mardi 14 et mercredi 15 mars** : Entretiens individuels administratifs et pédagogiques : présentation du livret évolutif des compétences et du recueil de fiches techniques (**2h** par personne avec **Emmanuelle**)
- **Jeudi 16 mars** : Présentation de chaque participant, de son parcours, de son projet, et présentation de l'Association LESA : équipe salariée et volontaires, projet associatif (**6h** avec **Emmanuelle** avec un temps de rencontre des formateurs principaux)
- **Vendredi 17 mars** : Introduction au module "reproduction fruitière", planter des arbres, déplacer les porte-greffes, récolter les greffons (**7h** avec **Michel**)
- **Lundi 20 mars** : La greffe en fente 1ère partie (**7h** avec **Michel**)
- **Mardi 21 mars** : Reconnaissance de plantes sauvages locales, cuisine en autonomie à partir de recettes données et repas partagé (**5h** avec **Emmanuelle**) **après-midi** PVI 1 (**2h** pour une personne avec **Emmanuelle**)
- **Mercredi 22 mars** : La greffe en fente 2ème partie (**7h** avec **Michel**)
- **Jeudi 23 mars** : La bouture (**7h** avec **Michel**)
- **Vendredi 24 mars** : **matin** Échanges théoriques sur des ateliers qui ont été animés par le passé au sein de LESA afin d'inviter les apprenants à en pratiquer certains en toute autonomie, et à les aider à en choisir un qu'ils pourront présenter aux autres ultérieurement (**3h** avec **Emmanuelle**) **après-midi** PVI 1 (**2h** pour une personne avec **Emmanuelle**)
- **Lundi 27 et mardi 28 mars** : PVI 1 (**2h** par personne avec **Emmanuelle**)
- **Mercredi 29 mars** : Visite de jardins potagers, échanges avec les jardiniers et pratique au jardin (**7h** avec **Sophie**)
- **Jeudi 30 et vendredi 31 mars** : Introduction à la permaculture (**14h** avec **Yves**)
- **Lundi 3 avril** : Principe de fonctionnement des toilettes sèches à litière bio-maîtrisée (TLB) et du compost (**5h** avec **Emmanuelle**)
- **Mardi 4, mercredi 5 et jeudi 6 avril** : Ateliers animés par les apprenants (**21h** avec **Emmanuelle**)
- **Vendredi 7 avril** : CONGE

- **Lundi 10 avril** : La greffe en couronne (7h avec **Michel**)
- **Mardi 11 avril** : Introduction au module écoconstruction (7h avec **Michel**)
- **Mercredi 12, jeudi 13 et vendredi 14 avril** : Charpente en bois (21h avec **Laurent**)
- **Lundi 17 avril** : jour férié
- **Mardi 18, mercredi 19, jeudi 20, vendredi 21 et lundi 24 avril (matin)** : Module paille : Construction d'une ossature en bois et isolation en bottes de paille (31h30 avec **Michel**)
- **Du lundi 24 (après-midi) au mercredi 26 avril** : Cueillette de roseaux et pose du chaume (17h30 avec **Michel**)
- **Jeudi 27 avril** : Reconnaissance de plantes sauvages locales, cuisine en autonomie à partir de recettes données et repas partagé (5h avec **Emmanuelle**)
- **Vendredi 28 avril** : Présentation de plantes-remèdes locales : règles de base, reconnaissance, principaux usages thérapeutiques, cueillette et pratique d'une préparation de base : démarrage d'un baume de plantain (7h avec **Emmanuelle**)
- **Lundi 1er mai** : jour férié
- **Du mardi 2 au jeudi 4 mai** : Vannerie : confection d'un panier (20h avec **Hugues-Mircea**)
- **Vendredi 5 mai** : Cueillette de saule sauvage et fabrication d'un support en vannerie sauvage pour un futur lavabo (7h avec **Hugues-Mircea et/ou Michel**)
- **(lundi 8 jour férié), mardi 9, mercredi 10 et jeudi 11 mai** : Fabrication d'un petit meuble en bois de récupération (21h avec **Michel**) et en parallèle : PVI 2 (1h avec **Emmanuelle**) et bilan individuel 1 au niveau des compétences acquises (1h avec **Emmanuelle**)
- **Vendredi 12, lundi 15, mardi 16, mercredi 17 et jeudi 18 mai** : La terre en construction : introduction, préparation des mélanges, pratique des enduits de corps, lavabo (35h avec **Michel**)
- **Vendredi 19, lundi 22, mardi 23 et mercredi 24 mai** : Visite du colorado provençal et de ses ocres naturelles ; les enduits de finition en terre, décorations (sgraffito) (28h avec **Michel**)
- **Jeudi 25 mai** : jour férié
- **Vendredi 26 mai** : Peintures naturelles (7h avec **Michel**)
- **Lundi 29, mardi 30, mercredi 31 mai et jeudi 1^{er} juin** : Tadelakt (un enduit hydrofuge à la chaux) sur le lavabo (28h avec **Michel**) et en parallèle bilan individuel 1 au niveau des compétences acquises (1h par personne avec **Emmanuelle**) et PVI 3 (1h avec **Emmanuelle**)
- **Vendredi 2 juin** : Visite de jardins potagers, échanges avec les jardiniers et pratique au jardin (7h avec **Sophie**)
- **Lundi 5 juin** : Lactofermentation + échanges collectifs sur le thème « Se soigner en mangeant » (7h avec **Emmanuelle**)
- **Mardi 6 et mercredi 7 juin** : Récolte des graines (14h avec **Sophie**)
- **Jeudi 8 juin** : Reconnaissance de plantes sauvages locales, cuisine en autonomie à partir de recettes données et repas partagé (5h avec **Emmanuelle**)
- **Vendredi 9 et lundi 12 juin** : Bilan individuel 2 au niveau des compétences acquises (1h avec **Emmanuelle**)
- **Mardi 13 juin** : Présentation de plantes-remèdes locales : reconnaissance, cueillette et préparations de base (huile d'achillée, huile de millepertuis) ; présentation de produits naturels que l'on peut utiliser en cas d'urgence + échanges collectifs sur le thème « Santé et autonomie » (7h avec **Emmanuelle**)
- **Mercredi 14 juin** : Échanges collectifs sur les projets de chacun ; avec quoi chacun repart-il ? (3h avec **Emmanuelle**). Pot de départ et repas partagé.

Bonne vie à vous !

!!! La formation S&A comprend également l'atelier sur la lavande : cueillette et distillation (7h avec Emmanuelle) qui a lieu le lundi 24 juillet !!!