

Liste des compétences exercées au cours de la formation-découverte *Sens et Autonomie*

Dans les tableaux suivants, nous vous demandons :

- d'inscrire **dans la colonne de gauche**, un chiffre de 1 à 5 selon l'intérêt porté (1 peu d'intérêt , ...) à chacune des compétences
- de préciser **dans la 1ère colonne de droite** si ces compétences ne sont pas acquises (NA), acquises partiellement (AP), ou acquises complètement (AC)
- de préciser **dans la 2ème colonne de droite** le niveau que vous voulez acquérir pour chaque compétence (avec les mêmes lettres : NA, AP, AC)



I. Les 348 heures de formation théoriques et pratiques

1. Découverte de savoir-faire dans le domaine de la biodiversité domestique 125h

1.1.1. Découverte de la permaculture et de savoir-faire agroécologiques 54h

être capable de comprendre les enjeux de la permaculture		
être capable de comprendre la culture sur butte		
être capable de mettre en place une butte		
être capable d'utiliser et de comprendre le fonctionnement et les enjeux du compost		
être capable d'utiliser et de comprendre le fonctionnement et les enjeux des toilettes sèches		
être capable de fabriquer des purins de plante et de connaître leurs usages		
être capable de comprendre les raisons des associations de légumes		
être capable de comprendre le système de rotation des cultures		
être capable de conserver des légumes avec la lactofermentation		
être capable de récolter et de conserver des graines		

1.1.2. Autour des fruitiers et des techniques de pépiniéristerie 35h

être capable de repérer des greffons		
être capable de récolter des greffons		
être capable de conserver des greffons		
être capable de reconnaître les bons porte-greffes		
être capable d'utiliser les bons porte-greffes		
être capable de déplacer des porte-greffes		
être capable de planter des arbres/arbustes		
être capable de pratiquer le semis de fruitier		
être capable de pratiquer la greffe en fente		
être capable de pratiquer la greffe en couronne		
être capable de bouturer des fruitiers qui se bouturent facilement		

être capable de bouturer des agrumes		
être capable de fabriquer de l'hormone de bouturage		

1.1.3. Découverte de savoir-faire autour des plantes sauvages 36h

être capable d'identifier des plantes sauvages, de les sécher et de conserver ces plantes sèches		
être capable de présenter les principales propriétés thérapeutiques des plantes identifiées		
être capable de préparer : infusion, décoction, macération, baume et alcoolature		
être capable de définir les thérapeutiques utilisant les plantes (phytothérapie, aromathérapie, gemmothérapie, homéopathie ...)		
être capable de présenter des produits naturels que l'on peut utiliser en cas d'urgence (piqûre, brûlure, ...)		
être capable de présenter le principe de fonctionnement d'un distillateur et d'en utiliser un		
être capable de cuisiner des plantes sauvages		

2. Découverte de métiers et de savoir-faire dans le domaine de l'éco-construction 182h

être capable de connaître les ingrédients à utiliser pour une peinture naturelle et d'appliquer une recette avec succès		
être capable de restituer les qualités et les défauts de 5 types de fondations qui n'utilisent pas le ciment (pneus, pilotis, lit de sable, cyclopéenne, pierre sèche)		
être capable de cueillir et de poser du chaume sur un toit		
être capable d'expliquer les étapes de la construction d'une charpente		
être capable de séparer l'argile du reste de la terre		
connaître les avantages et les inconvénients de la terre en construction		
être capable de polymériser de l'argile pour améliorer la résistance mécanique de l'enduit fait avec cette argile		
être capable de réussir esthétiquement un enduit en terre		
être capable d'améliorer la résistance à l'eau d'un enduit en terre		
être capable de tester une terre aux normes des règles professionnelles afin de l'appliquer en construction (mélanges précis en fonction de la composition d'une terre locale)		
être capable de préparer un support d'enduit en fonction des pathologies qui pourraient intervenir sur certains matériaux		
avoir quelques rudiments de pratique de pose d'enduits		
connaître les différents mélanges utilisés dans la construction d'un four à pain en terre crue, un poêle de masse, un sol en terre, une cloison terre-paille		
connaître le mélange pour réaliser une patine, une peinture, un béton d'argile, une		

	couche isolante, un enduit réfractaire, une brique de terre crue et du pisé		
	connaître les avantages et les inconvénients de la paille en construction		
	connaître les principales règles professionnelles qu'il faut respecter quand on construit en paille		
	avoir quelques rudiments de pratique de construction d'une ossature en bois qui va accueillir des ballots de paille dans une construction		
	avoir quelques rudiments de pratique de pose de ballots de paille en construction		
	être capable de découper un ballot de paille et de faire le nœud adéquat		

3. Découverte de métiers et de savoir-faire dans le domaine de l'artisanat 41h

	être capable de confectionner un panier en vannerie		
	être capable de fabriquer un petit meuble en bois de récupération		

II Les ateliers « stagiaires »

être capable de réaliser quelque chose permettant d'être autonome (savon, tricot, cuiseur solaire, ...), à partir d'une fiche technique	Indiquez ici si vous avez des compétences particulières pour un domaine dans lequel vous pourriez animer un atelier :
---	---

III. Les entretiens individuels autour du projet ou d'un objectif*

	être capable de formuler un objectif		
	être capable de formuler des stratégies/créer des outils pour atteindre cet objectif		
	être capable d'identifier l'état actuel de mes connaissances et compétences qui vont pouvoir m'aider à atteindre cet objectif		
	être capable d'évaluer ce qui me manque pour atteindre cet objectif		
	(être capable d'envisager les connaissances et compétences que je vais pouvoir acquérir grâce à <i>Sens et Autonomie</i> , et qui vont pouvoir m'aider à atteindre cet objectif)		

* ces entretiens individuels permettent de travailler sur tout type d'objectif ; il n'est donc pas obligatoire de travailler sur un projet de vie (où vais-je m'installer ?, quel type d'activités vais-je mener ? ...) : on peut par exemple travailler sur sa difficulté à prendre la parole en public, ou encore sur son manque d'organisation, ..