

Le MAP-EPI asbl vous propose

# Une saison en ferme-école



Formation à l'autonomie  
alimentaire et médicinale

au sein d'une petite ferme de polyculture-élevage

Thomas et Isabelle vous accueillent dans leur petite oasis nichée au creux de la vallée de la Lienne, au coeur des Ardennes liégeoises, pour une saison de culture avec l'aide des chevaux, récoltes et transformations pour l'hiver.





## Une pratique organique

**S'**inspirant de l'étude du vivant et de l'agriculture paysanne, de l'agroécologie et de la permaculture, mais aussi de la biodynamie, de l'agriculture de conservation et du maraîchage sur sol vivant, du bio mimétisme... notre petit organisme agricole s'étend sur une quinzaine d'hectares de prés, bois et rivières, vergers, bocage et champ de maraîchage+petits fruits+céréales nourrissant une trentaine de familles localement via un système d'abonnement aux paniers de légumes.

### Base de ressources élargie

La centaine d'espèces végétales et animales qui y sont élevées garantissent l'autonomie alimentaire de la ferme tout au long de l'année. Cette diversité se double de la très riche flore sauvage Ardennaise dont la connaissance nous permet d'en faire un usage médicinal pour nous et pour le sol.

### Souveraineté alimentaire en action

Pour cette onzième saison de transmission de savoirs-faire, l'ensemble des gestes qui permettent de se nourrir et de se guérir, grâce à notre base de ressources, seront à nouveau expérimentés et perfectionnés. Chacun-e aura l'occasion de pratiquer et de comprendre les principes théoriques qui orientent les différentes techniques à la portée de tous, les cycles de la vie paysanne et le dialogue avec la nature, sans moteur ni autre nuisance industrielle, pour nous réintégrer durablement à la nature et refroidir la planète.

**Entraînons-nous collectivement à l'autonomie !**



# Au programme

## Volet alimentaire

- Maraîchage : culture de légumes variés en association avec fleurs et plantes médicinales, lutte ravageurs raisonnée, gestion des adventices et invasives, travail à la main, apprentissage des gestes justes, associations et rotations.
- Elevage et soins aux animaux : chevaux, poules, cochons, abeilles.
- Traction animale : entraînement et langage du cheval. Découverte des outils de traction et interventions au champs
- Fabrication de fromage : transformation de lait de vache de la région en maquée, ricotta et fromages à pâte molles et dures avec affinage
- Compostage : comment améliorer la terre et créer l'abondance en nourrissant la vie du sol
- Arboriculture : plantations, taille, entretiens et cueillettes
- Fenaison et moisson (« à l'ancienne »)
- Conservation: stérilisation, séchage, lacto-fermentation, confiture, chutney, vinaigre, sel, alcool...

## Volet médicinal

- Reconnaissance des plantes sauvages dans leur milieu naturel par des promenades botaniques: identification latine, cueillettes.
- Préserver les milieux riches, encourager la biodiversité et la multiplication végétale
- Culture de plantes aromatiques et médicinales mise en oeuvre par associations, ressentis et entretiens
- Cueillette adapté à la saison et à la méthode: sentir le moment juste par l'observation
- Préparations culinaires avec nos savoureuses plantes sauvages ou moins sauvages
- Mode de conservation optimal des plantes par les transformations: séchage, macérats huileux, teinture-mère, pommade, sirop,...



*Tous  
au potager !*



# Aspects pratiques

**Dates :** Tous les lundis et mardis de mars à octobre.

Début de la formation : Premier lundi du mois de mars. Fin : Deuxième mardi du mois d'octobre.



## Coûts /

- 1) Frais d'inscription : 20€/ jour (repas compris) \*
- 2) Assurance annuelle obligatoire 8€ \*\*
- 3) Adhésion au MAP : cotisation de minimum 20€ \*\*\*



La situation financière de l'apprenant ne doit néanmoins pas constituer un obstacle à sa participation à la formation

- Rencontre et sélection des candidats : Contactez la ferme.

- Le candidat s'engage à participer à toute la saison de formation, avec une présence régulière (minimum 80%).

- Tous les participants doivent se mettre en ordre de paiement et d'assurance avant le premier jour de formation.

## Contact

>>> ferme.bierleux@gmail.com

>>> 080 78 56 26

16 Bierleux-Haut / 4987 Stoumont



\* A verser sur le compte de la ferme : BE49 001 253 79 03 71

\*\* Assurance obligatoire de 8€ à verser sur le compte du MAP-EPI asbl (payable une fois par an seulement et couvrant toutes nos formations), par paiement sur le compte : BE03 7320081707 84 avec communication « Ass + NOM + Prénom + FE Bierleux 2020 »

\*\*\* Pour devenir membre, versez minimum 20 euros de cotisation sur le compte BE03 7320 0817 0784 avec en communication « cotisation + NOM + Prénom » et envoyez un mail à info(at)lemap.be avec comme sujet «COT» pour signaler votre adhésion (mentionnez votre adresse postale). Votre cotisation sera valable durant une année.