

« LES ATELIERS VERTS »

Descriptif

L'association NiceFuture vous propose une série de cours autour de l'écologie pratique ouvert à tous. Ces cours, c'est la découverte de gestes, de recettes et d'outils pratiques, simples à appliquer, qui vous permettront de rendre votre vie quotidienne plus saine et proche de la nature !

Cuisine bio et gourmande, ateliers de bien-être, ateliers créatifs à partir de matériaux de récup' ou de matériaux naturels.

Ces ateliers d'écologie pratique ont lieu le samedi de 8h30 à 12h30.

Ouvert à tous, chaque cours est donné par un professionnel du thème traité.

Le cycle complet de **8 ateliers est accessible au prix préférentiel de 520.- CHF**, un forfait pour deux modules est proposé pour 160.-. Le cours simple est facturé 90.- CHF.

Les points forts de ces cours

Des enseignants de qualité : **les intervenants sont des experts** confirmés et reconnus dans les domaines enseignés. Leurs connaissances pratiques et théoriques leur permet de répondre à toutes les demandes dans les thèmes traités. **Un support de cours sera remis à chaque participant**, leur fournissant les connaissances relatives aux thèmes traités et les recettes concrètes pour la mise en pratique.

Inscriptions

Vous pouvez vous inscrire directement en précisant le (ou les) cours souhaité(s), le nombre de personne ainsi que vos coordonnées en envoyant un mail à l'adresse : savoir@nicefuture.com ou par fax au 021 647 25 31.

Les cours sont prévus pour un minimum de 10 personnes et maximum 18.

Suite à votre réservation, vous recevrez toutes les informations utiles ainsi qu'un bulletin de versement. Dès le versement effectué, votre place vous est confirmée. Aucun remboursement ne peut être exigé.

PROGRAMME DES COURS

Jardin bio : les bonnes synergies

24 / 04 / 2010

Lieu à définir

Les tomates aiment les carottes et les poireaux préfèrent les fraises... Vous considérez votre jardin comme un biotope et vous souhaitez le rendre heureux. NiceFuture vous propose d'apprendre à créer les bonnes associations de plantes et à accueillir les auxiliaires animaux qui travailleront à votre place.

Au programme : phytosociologie potagère et alliés naturels du jardinier amateur

Reconnaître les plantes sauvages et les cuisiner

29/ 05 / 2010

Cordona, Vallon de la Tièche

Cette balade vous emmènera de la découverte à la récolte des plantes, en passant par leur transformation, et leur utilisation culinaire. En chemin, de savoureuses anecdotes et une quantité d'informations diverses sur les lieux traversés viendront enrichir ces instants privilégiés en plein nature. Vous découvrirez que chaque plante porte en elle la clef d'un monde insoupçonné.

Au programme : une balade en nature pour découvrir ces plantes sauvages oubliées qui regorgent d'éléments vitaux et de saveurs inoubliables suivie d'un petit cours de cuisine pour découvrir comment préparer ces cadeaux de la nature



La maison toxique : produits de nettoyage maison et plantes dépolluantes

26 / 06 / 2010
Castel de Bois Genoud - Crissier

Nos logements peuvent être de 20 à 100 fois plus pollués que l'air extérieur ! Suite à ce constat alarmant, nous pouvons réagir : par exemple, mieux choisir son mobilier ou ses produits d'entretien. NiceFuture vous propose de diagnostiquer votre intérieur et de remédier à vos problèmes spécifiques en réalisant vos propres produits d'entretien et en acquérant les bases pour dépolluer votre intérieur par les plantes.

Au programme : reconnaissance des sources de pollution intérieure, fabrication de produits d'entretien maison et présentation de plantes dépolluantes.

Créer ses cosmétiques maison

11 / 09 / 2010
Castel de Bois Genoud – Crissier

Au programme : Apprenez à faire vos cosmétiques maisons à partir d'aliments naturels. Gloss, crème, boule de bains. Economique et écologique, vous repartirez avec vos recettes personnalisées !

La cuisine végétarienne haute vitalité: avec algues et graines germées

25 / 09 / 2010
Castel de Bois Genoud – Crissier

Au programme : découvertes de différents types d'algues et graines germées et leur qualité spécifique et cours de cuisine pratique



Comment mettre plus de simplicité dans sa vie

30 / 10 / 2010
Castel de Bois Genoud – Crissier

Au programme : On souhaite tous se simplifier la vie, de désencombrer. Lors de cette matinée, on vous proposera un mode d'emploi sur mesure pour mettre plus de simplicité dans vos vie et laisser plus de place à ce qui est vraiment important pour vous !

Se soigner par les plantes, les remèdes maison qui fonctionnent!

13 / 11 / 2010
Castel de Bois Genoud – Crissier

Au programme : Notre santé se traite trop souvent à coup de chimie lorsque la maladie est présente, intoxiquant notre corps. Et si nous apprenions à renforcer notre immunité ? Pour tous les mauvais virus d'hiver, des soins naturels existent, venez les découvrir !

Venez faire vos cadeaux maison !

04 / 12 / 2010
Castel de Bois Genoud – Crissier

Un cadeau « fait maison » touche davantage qu'un produit acheté !

Au programme : Lors de cette matinée, nous vous proposeront plusieurs ateliers créatifs qui vous permettront de faire des cadeaux personnalisés et uniques de Noël. Des ateliers sélectionnés pour leur qualités esthétiques et leur belle matières.



FORMULAIRE D'INSCRIPTION

Nom :

Adresse :

Tel./Email :

Je suis intéressé(e) et souhaite m'inscrire au(x) cours suivant(s) :

- Jardin bio – 24.04.2010
- Reconnaître les plantes sauvages – 29.05.2010
- La maison toxique – 26.06.2010
- Créer ses cosmétiques maison – 11.09.2010
- La cuisine végétarienne – 25.09.2010
- Mettre de la simplicité dans sa vie – 30.10.2010
- Se soigner par les plantes – 13.11.2010
- Faire ses cadeaux maison – 04.12.2010

Prix : 1 cours 90.- / 2 cours 160.- / Forfait 8 cours 520.-

Vous pouvez nous renvoyer le formulaire par courrier à : NiceFuture, Rue de Genève 77, 1004 Lausanne, par email à : savoir@nicefuture.com ou par fax au 021 647 25 31.

