

2022

Ateliers

« Bien vivre au naturel »

Parc naturel régional du Vexin français



Une autre vie s'invente ici





Pour cette nouvelle année, le Parc vous propose, dans ce riche programme de nouveaux ateliers et bien sûr les incontournables autour du thème du jardin et de la biodiversité.

Venez découvrir une technique pour conserver vos légumes mais aussi faire mijoter sans énergie vos petits plats. Si vous avez toujours rêvé d'avoir chez vous la variété de pommier oubliée dans le jardin de vos aïeux alors n'hésitez pas à venir vous initier au greffage et au printemps deux ateliers vous permettront de garder bonne mine.

Et pour trouver de l'inspiration, également balade dans la nature, les parcs et villages se prêteront à l'observation des oiseaux du jardin. Vous découvrirez les couleurs cachées des plantes lors de la fabrication d'encres végétales. Différents lieux vous ouvriront leurs portes pour entretenir son jardin en respectant et favorisant la biodiversité. Ateliers sur la fauche, la gestion de l'eau, la mise en place d'un composteur, la plantation et la taille des arbres fruitiers, les bons gestes à adopter au jardin.

Et pour finir qui n'a jamais rêvé d'un jardin sans entretien ou presque !

Bonne lecture

Ateliers gratuits. Renseignements et inscriptions obligatoires au 01 34 48 66 00
Ateliers soumis au protocole sanitaire gouvernemental en vigueur



■ La lacto-fermentation : comment conjuguer conservation et santé ?

► Samedi 19 février de 14h à 17h

Venez découvrir cette technique low-tech de conservation des légumes, présente dans toutes les cultures ! Vous testerez plusieurs recettes délicieuses et saines et repartirez avec vos réalisations. Déroulement de l'atelier selon les mesures sanitaires en vigueur. Merci de venir avec vos propres bocaux hermétiques. Les légumes et le matériel seront fournis.

Lieu de RDV : L'Escampette - 22 rue de la Buaille - 95510 Aincourt (au bout de la sente)

Lieu de stationnement : rue de la Buaille - 49°04'19.4"N 1°46'24.9"E

Intervenante : Nathalie Mandard, animatrice en cuisine alternative





■ Le greffage des arbres fruitiers

► **Samedi 12 mars de 14h à 17h**

Autrefois, les vergers entouraient les villages du Vexin français. Éléments indissociables du paysage rural, ils constituaient de véritables espaces de diversité : diversité génétique des variétés fruitières, diversité des usages et des savoir-faire, diversité de la flore et de la faune associées. Ces vergers traditionnels renferment encore de nombreuses variétés anciennes, savoureuses et robustes, adaptées aux conditions naturelles locales. Celles-ci constituent un patrimoine génétique précieux.

Pour conserver et multiplier les variétés régionales, une seule solution : la greffe !

Apportez votre greffoir si vous en possédez un ou, à défaut, un couteau bien aiguisé, et venez-vous exercer aux différentes techniques qui vous permettront de produire vous-mêmes vos arbres fruitiers.

Lieu de RDV : précisé lors de l'inscription

Intervenants : Martine Baudin - « Association des CPN de la vallée du Sausseron »

Jean-Marc Gumiaux - « Association des Croqueurs de Pommes »

■ Plantes locales et soins de beauté

► **Samedi 26 mars de 14h à 17h**

Promenade découverte des plantes sauvages à usage de cosmétique : bardane, gaillet, pâquerette... Cueillette, information sur leurs propriétés, découvertes des méthodes d'extraction des principes actifs puis préparation en salle : alcoolature ou teinture mère, macération huileuse.

Lieu de RDV et Stationnement : Parking de la mairie - Gaillon-sur-Montcient

49°01'28.7"N 1°53'30.3"E

Intervenantes : Luce Causse, animatrice plantes sauvages - « Association le Bois Gourmand »

Sophie Ginoux, animatrice cosmétique



■ Plantes locales et soins de beauté

▶ Samedi 16 avril de 14h à 17h

Promenade pour appréhender les plantes à usage cosmétique afin de pouvoir définir leurs caractéristiques, leurs utilisations et quelle préparation il est possible de réaliser : cataplasme, baume, crème, masque, onguent, liniment. A partir des préparations déjà faites, réalisation de trois recettes : crème de jour, masque, lait corporel. Les participants repartiront avec trois échantillons.

Lieu de RDV et Stationnement : Parking de la mairie - Gaillon-sur-Montcient
49°01'28.7"N 1°53'30.3"E

Intervenantes : Luce Causse, animatrice plantes sauvages - « Association le Bois Gourmand »
Sophie Ginoux, animatrice cosmétique

Remarque : ces 2 ateliers se suivent mais indépendants.

■ Les milieux naturels, source d'inspiration pour les jardiniers

▶ Jeudi 12 mai de 14h à 17h

Harmonie des couleurs et des volumes, biodiversité, la bonne plante au bon endroit : les espaces naturels semblent avoir été dessinés par des artistes paysagistes hors pair. Dans le bois de Morval qui présente des milieux variés grâce à sa topographie vallonnée et sa structure géologique, cette promenade commentée, permettra d'observer la richesse des formations végétales.

Lieu de RDV : Parking du Bois de Morval - 95420 Cléry en Vexin - 49°07'02.8"N 1°49'45.0"E

Intervenante : Odile Visage, paysagiste





■ Fauche et biodiversité

► **Mardi 28 juin de 14h à 17h**

Cet atelier vous permettra de mieux appréhender l'impact de notre gestion de la nature sur la faune et la flore, dans un contexte d'érosion de la biodiversité et de disparition des milieux naturels.

Vous découvrirez comment les méthodes et techniques de fauche peuvent améliorer votre gestion pour répondre aux enjeux écologiques d'aujourd'hui. Les thématiques abordées seront larges : dynamique naturelle des milieux, formation des communautés végétales, trames vertes, gestion différenciée, faune et flore.

Lieu de RDV : Terrain privé à Guiry en Vexin - Plan précis envoyé lors de l'inscription

Intervenant : Nicolas Galand, écologue

■ Compostage

► **Mardi 30 août de 14h-16h**

Savez-vous ce qu'est un biodéchet ? Hésitez-vous encore à créer un compost chez vous ? Souhaitez-vous améliorer celui que vous avez débuté ? Voulez-vous que vos déchets deviennent des ressources pour votre jardin ? Alors cet atelier est pour vous. Il se déroulera dans un lieu dédié à la permaculture où vous pourrez voir les différents moyens d'utiliser les déchets verts. L'atelier sera animé par Sophie Pailla, guide composteur. Si vous venez avec vos déchets de cuisine, Sophie pourra faire le tri avec vous sur ce qui va au compost.

Lieu de RDV : Bois gourmand - Entrée du jardin rue Pont au bois - 49°05'06.9"N 1°54'04.2"E - Lieu de stationnement : Parking de Musée du Vexin français - Théméricourt

Intervenant : Sophie Pailla - Guide composteur



■ Encres végétales, les couleurs cachées des plantes

► **Mardi 6 septembre de 14h à 16h**

Une balade-atelier pour découvrir et préparer des couleurs à partir des plantes trouvées dans le potager du Château de La Roche-Guyon.

Vous découvrirez certaines d'entre elles qui offrent leurs couleurs cachées lors de la fabrication d'encres végétales.

Après les avoir récoltées, vous verrez comment extraire les couleurs et réaliserez un nuancier. Une façon de se familiariser avec cette approche pleine de surprises !

Vous repartirez avec un assortiment de couleurs qui vous permettra de prolonger l'expérience une fois rentré chez vous

Matériel fourni : papier, pinceau, petit bocaux, ingrédients

Lieu de RDV : Entrée du potager de la Roche-Guyon - A proximité du point d'information touristique. 49°04'51.5"N 1°37'45.8"E

Intervenante : Emmanuelle Bouffé, paysagiste





■ Un jardin sans entretien, ou presque !

► **Judi 22 septembre de 14h à 17h**

Moins tondre, moins tailler et moins désherber dans son jardin est non seulement possible mais peut aussi permettre d'accueillir plus de biodiversité tout en donnant à son jardin une ambiance attrayante. L'atelier permettra d'explorer les gestes et de découvrir les plantes qui permettront de remplacer les habituelles corvées par le plaisir de l'observation et de l'émerveillement.

Lieu de RDV : Jardin du musée du Vexin français, Théméricourt
49°05'09.6"N 1°53'45.1"E

Intervenante : Odile Visage, paysagiste

■ Les gestes du jardin

► **Judi 29 septembre de 14h à 17h**

Passer la binette, la grelinette, aiguiser le sécateur, hiverner les outils, bêcher, semer, repoter, planter : tout cela semble facile jusqu'à la confrontation au réel !

Comme tout le monde ne dispose pas d'un ami jardinier pour montrer le bon geste ou reprendre les erreurs, cet atelier vous aidera à vous approprier les gestes essentiels dans un jardin, à utiliser vos outils à main en optimisant leurs performances sans forcément vous épuiser.

Matériel à apporter : sécateur, binette

Lieu de RDV : Pépinière « Jardin de Campagne » à Grisy-les-Plâtres
49°07'41.7"N 2°03'02.5"E

Intervenante : Nathalie Becq



■ La gestion de l'eau au jardin

► Samedi 8 octobre de 14h à 17h

De la préservation de la vie du sol à la fabrication d'oyas, vous découvrirez les 8 règles de la gestion de l'eau au jardin afin de s'adapter aux conditions climatiques capricieuses. Comment utiliser les engrais verts selon les saisons et les caractéristiques des sols ? Quel type de paillage utiliser en fonction des ressources disponibles dans un jardin ?

Apportez des pots de terre cuite non vernis, que vous avez pu récupérer pour fabriquer vos oyas.

Lieu de RDV : domaine de Brécourt - Route de Vallangoujard - 95690 Labeville

Lieu de stationnement : dans le domaine - entrée parking : 49°07'54.7"N 2°07'46.8"E

Intervenante : Cristelle Escudier - « Révolution des Petits Pois »





■ Les oiseaux du jardin en hiver

► Samedi 29 octobre de 14h à 17h

Observer les oiseaux dans son jardin est toujours un moment de plaisir.

Venez découvrir lors de cette animation, comment favoriser leur hivernage sur cette période sensible, comment les accueillir au mieux afin d'assurer leur tranquillité et ainsi vous permettre de belles observations.

Vous apprendrez également à les reconnaître et aussi à fabriquer des mangeoires et/ou nidoirs.

Lieu de RDV : Musée du Vexin français - 49°05'09.6"N 1°53'45.1"E

Intervenant : Animateur nature de la ferme d'Ecancourt





■ Plantation et taille de formation d'un arbre fruitier haute tige

► Samedi 19 novembre de 14h à 17h

Vous découvrirez la physiologie de l'arbre et la spécificité des arbres fruitiers pour pouvoir mettre en place les bons gestes nécessaires à une plantation et un développement réussis.

Autrefois, les vergers entouraient les villages du Vexin français. Eléments indissociables du paysage rural, ils constituaient de véritables espaces de diversité : diversité génétique des variétés fruitières, diversité des usages et des savoir-faire, diversité de la flore et de la faune associées. Ils constituent ainsi des habitats favorables à un grand nombre d'espèces sauvages indispensables au bon fonctionnement des écosystèmes naturels.

Planter un arbre fruitier, une action simple pour la nature !

Lieu de RDV : précisé lors de l'inscription

Intervenants : Martine Baudin - « Association des CPN de la vallée du Sausseron »

Jean-Marc Gumiaux - « Association des Croqueurs de pommes »

■ Fabrication d'une marmite norvégienne : cuisinez low-tech !

► Samedi 10 décembre de 14h à 17h

Venez fabriquer une boîte « magique » qui vous permettra de faire mijoter vos plats pendant des heures sans aucune énergie ! La résilience énergétique passe par la low-tech ! Les matériaux et matériel seront fournis.

Lieu de RDV : L'Escampette - 22, rue de la Bucaille - 95510 Aincourt (au bout de la sente) - lieu de stationnement : rue de la Bucaille - 49°04'19.4"N 1°46'24.9"E

Intervenante : Maylis Balan



Parc naturel régional du Vexin français
Maison du Parc - 95450 Théméricourt
Tél. 01 34 48 66 10 - Fax : 01 34 48 66 11
Email : contact@pnr-vexin-francais.fr
Site internet : www.pnr-vexin-francais.fr

© Crédits photos : F. Colle - PNR Vexin français
Conception : D. Bekic - Impression par Desbrous Grésil Imprimeur - Janvier 2022