

COMPOST ET PURIN

jeudi 2 juin : de 9h30-12h lieu à venir

Pour enrichir les potagers et apporter des nutriments aux plantes du jardin, il existe des mélanges aux propriétés étonnantes !

ASTUCES CUISINE ANTI-GASPI

mercredi 8 juin : 10h-12h* lieu à venir

Réduire et recycler ses déchets, réduire les temps de cuisson, transformer nos restes en recettes savoureuses, on en discute !

DÉCOUVERTE DES VARIÉTÉS ANCIENNES

jeudi 16 juin : 10h-13h30* lieu à venir

Qu'elles soient locales, patrimoniales ou rustiques ces plantes du terroir méritent d'être mieux connues et utilisées

AUXILIAIRES AU JARDIN

mercredi 22 juin : 14h-16h* à Saint Urchaut à Pont-Scorff

Les bêtes ne sont pas toujours les bienvenues dans nos potagers, pourtant toutes ont leur place et leur rôle à jouer dans l'écosystème

DU LÉGUME AU BOCAL

mercredi 29 juin : 9h30-14h* à la Croizetière à Riantec

Venez cuisiner et mettre en bocaux de savoureuses recettes à partir des légumes de nos fermes que vous remporterez chez vous

PRÉCIEUSES LÉGUMINEUSES

vendredi 1er juillet : de 14h-16h* à la Croizetière à Riantec

Au jardin comme dans l'assiette, les légumineuses ont de super propriétés. C'est l'occasion de les découvrir et tester ensemble.

* Les heures renseignées sont les heures d'atelier hors temps de transport

** Prévoyez des vêtements adaptés aux conditions météorologiques

Pour certains ateliers des facilitations de transport peuvent être proposées

Contact pour renseignements et inscriptions :
celine.manneville@optim-ism.fr ; 07.64.47.17.08
<https://www.optim-ism.fr/>



Association Optim'ism

JARDINAGE AU NATUREL & ALIMENTATION DURABLE

"Parcours d'ambassadeurs en ville"



Algues

Cueillette sauvage

Jardinage

Astuces anti-gaspi

Compost

Balades nature

Ecocentre

**ATELIERS
THÉMATIQUES
GRATUITS**

Ateliers
cuisine

Abeilles

Fermes

Bocaux

Plantes médicinales

Un programme d'animations gratuites (dans la limite des places disponibles) en faveur des habitants des quartiers prioritaires de l'agglomération de Lorient, et des professionnels du champ social et socio-culturel, pour s'informer, se former, découvrir des pratiques durables et rencontrer des professionnels du territoire et des alentours

PROGRAMME D'ATELIERS **



VISITE DU PORT DE PÊCHE

mardi 8 mars : 9h30-12h* au port de pêche

Rentrer dans les coulisses du port pour découvrir le monde de la mer et de la pêche et mieux connaître la filière poisson et sa cuisine

ARBRES ET ARBUSTES

samedi 12 mars : 10h-12h* au verger Pom d'Amis d'Hennebont

Un chantier pour parler "arbres", apprendre à tailler les fruitiers et participer à l'aménagement d'une mare et de plantation de haie.

L'EAU AU JARDIN

mardi 15 mars : 10h-12h* à St-Urchaut à Pont-Scorff

L'eau au jardin, on en manque souvent, comment la stocker, la préserver, la réguler, etc. On découvre et on expérimente !

JARDINER SANS JARDIN

jeudi 24 mars : 10h-12h* à la ferme de Bois du Château

Pas facile de jardiner quand on n'a pas de jardin. Heureusement, il y a des astuces pour s'aménager un petit potager sur son balcon !

LA POULE ET L'ŒUF

jeudi 31 mars: 14h-16h* à la Poule Mouillée à Plouay

Pour choisir sa viande et ses oeufs, on y perd souvent ses plumes ! On remet ça au clair au cours de la visite de cette ferme.

ALGUES : DÉCOUVERTE, RÉCOLTE ET USAGES

samedi 2 avril : de 11h-14h* à Gâvres

Profitons d'une grande marée basse pour aller explorer l'estran et découvrir les algues, leurs saveurs et leurs bienfaits.

PRENDRE SOIN DE SOI ET DE L'ENVIRONNEMENT

mercredi 6 avril : 10h-12h* à la Croizetière à Riantec
Venez préparer vos produits maison et naturels d'hygiène et d'entretien pour mêler utile, agréable, écologie et économie !

DU GRAIN DE BLÉ AU PAIN

jeudi 28 avril : 10h-14h* au moulin de St-Germain d'Erdeven

Aliment de base, on redécouvre le pain à toutes ses étapes de fabrication et son histoire à travers le monde

PLANTES AROMATIQUES ET MÉDICINALES

mercredi 4 mai : 11h-16h* à l'Ecocentre du Trégor

La visite de ce site exceptionnel sera l'occasion de découvrir et d'expérimenter les plantes et leurs vertus par nos 5 sens

GRAINES ET PÉPINIÈRE

samedi 7 mai : 14h-16h* au jardin de Balgan à Séné

Venez découvrir les secrets que referment les graines, comment les sélectionner, les semer, les récolter et les stocker

LE MONDE DES ABEILLES

jeudi 12 mai : 10h-12h30 à la Croizetière à Riantec

Rencontre avec un apiculteur amateur et passionné. Il vous livrera les secrets de cet emblème de la biodiversité

PLANTES SAUVAGES ET COMESTIBLES

mercredi 18 mai : 10h-14h* au marais de Locmiquélic

Une balade près d'une belle réserve naturelle pour découvrir, cueillir des plantes sauvages avant de les cuisiner et les déguster

CHÈVRES ET FROMAGES

mardi 31 mai : 9h-13h* à la ferme des 3 Bergers à Plouay

Une visite à la chèvrerie pour partager le quotidien des éleveurs et toutes les étapes de la traite à la dégustation de fromages !