

# Cultivez votre jardin



## Programme

**2025** Les **stages** et **ateliers** pour apprendre à **cultiver** votre **jardin** en prenant soin du **Vivant** et de votre **santé**.

### LE JARDIN DES MILLE PAS :

Situé à **Rennes**, l'association du Jardin des Mille Pas se donne pour mission de permettre à chacun.e de développer son **autonomie alimentaire**, en agissant sur sa santé et celle du Vivant.

Concrètement, le Jardin est un lieu d'apprentissage et de production qui propose des **formations** pratiques en **agroécologie** et **permaculture**, de l'accompagnement d'initiatives et des animations pour petit.es et grand.es.

#### Notre volonté :

Apprendre, expérimenter et transmettre ces connaissances qui célèbrent le Vivant dans son entièreté.

## Février

**28/02**  
**VEN.**

**15h - 17h30**



**Atelier jardin : Aménager son potager naturel.** Apprenez les bases pratiques de jardinage. Lors de cet atelier, vous découvrirez différents aménagements pour concevoir votre jardin et des méthodes de cultures sur sol vivant, qui respectent la nature.  
**Prix** : 15€ (plein tarif) / 9€ (tarif réduit)

## Mars

**08/03**  
**SAM.**

**9h30 - 17h30**



**Stage 1 jour : Concevoir un jardin multi-étagé : le jardin-forêt.** En s'inspirant des pratiques en permaculture alliant les plantes potagères, aromatiques ou encore fruitières, ce stage d'une journée complète vous guidera pour choisir les variétés comestibles adaptées à vos besoins, du balcon au jardin.  
**Prix** : 70€ (plein tarif) / 60€ (tarif réduit)

**DU 15/03**  
**AU 16/03**

**9h30 - 17h30**



**Stage 2 jours : s'initier aux usages des plantes médicinales sauvages et cultivées.** Apprenez à utiliser les plantes médicinales pour vous et votre entourage. Vous y découvrirez leurs usages, les préparations en pratique et serez familiarisés avec les plantes sauvages médicinales de chez nous. En bonus : repartez avec les différentes préparations fabriquées dans le weekend !  
**Prix** : 120€ (plein tarif) / 110€ (tarif réduit)

**21/03**  
**VEN.**

**15h - 17h30**



**Atelier herboristerie : Les vertus des arbres, de la cueillette à la préparation.** Lors de cet atelier, nous partirons nous balader pour apprendre à identifier les arbres, cueillir leurs bourgeons (gemmothérapie), et connaître leurs propriétés. Choisissez le bourgeon qui vous est adapté et qui soutiendra votre santé, et apprenez à le transformer en un macérât glyciné.  
**Prix** : 15€ (plein tarif) / 9€ (tarif réduit)

**DU 22/03**  
**AU 23/03**

**9h30 - 17h30**



**Stage 2 jours : Concevoir et cultiver son potager au naturel.** Pratiquez les techniques de jardinage en agroécologie qui s'inspirent des écosystèmes naturels. Apprenez à favoriser la biodiversité et les équilibres naturels de vos espaces cultivés afin d'acquérir ou de perfectionner votre production de légumes au potager.  
**Prix** : 120€ (plein tarif) / 110€ (tarif réduit)

## Avril

**04/04**  
**VEN.**

**15h - 17h30**



**Atelier jardin : Faire ses semis et plantations au potager.** Apprenez à choisir les semences de saison adaptées à vos besoins et à votre potager. Découvrez les différentes familles de légumes et les bonnes conditions de la germination à la récolte, tout en pratiquant au Jardin les techniques de semis et de plantations.  
**Prix** : 15€ (plein tarif) / 9€ (tarif réduit)

**05/04**  
**SAM.**

**9h30 - 17h30**



**Stage 1 jour : Découverte des plantes médicinales sauvages et cultivées.** Participez à une cueillette botanique, découvrez les vertus de ces plantes et apprenez à réaliser vos propres préparations médicinales : la tisane thérapeutique, le baume à base de plantes ou le macérât huileux, que vous pourrez ramener chez vous !  
**Prix** : 70€ (plein tarif) / 60€ (tarif réduit)

**25/04**  
**VEN.**

**17h30 - 20h**



**Atelier herboristerie : Le séchage des plantes aromatiques et médicinales.** Découvrez les différentes méthodes de séchage, des plus élaborées aux plus simples à reproduire chez vous, en apprenant les règles de base pour un séchage de qualité, qui garde couleur et goût ! En pratique : récolte des plantes et mise au séchoir. Repartez avec votre échantillon de plantes à sécher chez vous !  
**Prix** : 15€ (plein tarif) / 9€ (tarif réduit)

**26/04**  
**SAM.**

**9h30 - 17h30**



**Stage 1 jour : Concevoir un jardin multi-étagé : le jardin-forêt.** En s'inspirant des pratiques en permaculture alliant les plantes potagères, aromatiques ou encore fruitières, ce stage d'une journée complète vous guidera pour choisir les variétés comestibles adaptées à vos besoins, du balcon au jardin.  
**Prix** : 70€ (plein tarif) / 60€ (tarif réduit)

**C'est parti,  
je m'inscris !**

[www.jardindesmillepas.org](http://www.jardindesmillepas.org)

📍 Chemin Robert de Boron,  
La Prévalaye, 35 000, Rennes.

