



ASBL

TOURNESOL - ZONNEBLOEM

VZW

NOS PROCHAINES ACTIVITÉS GRAND PUBLIC

ÉTÉ - AUTOMNE - HIVER 2017

DU
17
JUILLET

AU
22
DÉCEMBRE

À la Ferme d'Uccle
Parc Fond'Roy,
Vieille rue du Moulin 93,
1180 Uccle

POUR LES ADULTES



ATELIER CULINAIRE « PAIN À LA LEVURE »

Le samedi 25 novembre, de 9h30 à 13h

Lors de cet atelier, chacun pourra apprendre ou réapprendre le savoir-faire du pain à la main. Lors de la levée des pains, nous pourrions discuter des types de céréales à utiliser, de la farine bio ou non, des impacts de nos choix sur la santé ou l'environnement,... Enfin, les pains seront cuits au feu de bois !

PAF: 12€, **inscription obligatoire**.
Amener de quoi emporter le pain
(sachet, essuie... pas de plastique).



JOURNÉES DE TRAVAIL À LA FERME

2 cycles de 2 mois :

les vendredis, de 9h30 à 12h30 :

- 1er cycle : les vendredis 8 et 22 septembre et 13 et 27 octobre (inscriptions ouvertes);

- 2ème cycle : les vendredis 10 et 24 novembre et 8 et 22 décembre (les inscriptions débutent en octobre).

Au cours de ces demi-journées de travaux pratiques à la ferme, vous participerez à l'entretien quotidien d'une petite ferme d'animation bruxelloise et soutiendrez ainsi, très pratiquement, notre projet éducatif.

Au programme, en fonction des besoins de la ferme, de la saison et de la météo :

- au potager : semis, repiquage, entretiens divers...;
- dans le verger : taille et soins...;
- chez les animaux : nourrissage, entretien des box, soins...;
- divers travaux quotidiens pour le bon fonctionnement de la ferme.

PAF : Gratuit, **inscription obligatoire**
par cycle complet.

N'oubliez pas d'apporter vos vêtements de travail, bottes ou grosses chaussures, vêtements adaptés au climat...

Pour le repas de midi, nous invitons ceux qui le souhaitent, à apporter leur pique-nique afin de partager un repas convivial.



ATELIER FABRICATION DE COSMÉTIQUES

2 ateliers sont proposés :

Le jeudi 23 novembre, de 13h00 à 15h30

Le jeudi 23 novembre, de 18h30 à 21h

Au cours de cet atelier, nous découvrirons de quoi sont faits les cosmétiques traditionnels, comment ils agissent et en quoi un produit naturel est préférable... Ensuite, nous réaliserons quelques préparations simples comme un déodorant, un gloss, un baume cicatrisant, une crème hydratante...

PAF : 20€, inscription obligatoire



ATELIERS CULINAIRES « PLANTES SAUVAGES »

- Le samedi 14 octobre, de 13h30 à 19h30 (les plantes de l'automne)

Lors de cette journée, nous vous invitons à consacrer un peu de temps pour vous (re) connecter avec la nature ! Au cours d'une balade, nous découvrirons quelques plantes sauvages comestibles de saison, nous apprendrons quelques trucs et astuces pour nous aider à les reconnaître et récolterons ce qui sera nécessaire à la réalisation de notre menu. Les recettes préparées en petits groupes seront ensuite partagées au cours d'un repas collectif et convivial.

PAF : 25€, repas compris, inscription obligatoire.





COURS PRATIQUES DE JARDINAGE BIOLOGIQUE

Le lundi matin et mercredi après-midi

Prochaines séances:

- Les lundis 17 et 31 juillet, 14 et 28 août, 11 et 25 septembre, 9 et 23 octobre, 6 et 20 novembre de 10h à 12h;
- Les mercredis 26 juillet, 9 et 23 août, 6 et 20 septembre, 4 et 18 octobre, 15 novembre de 14h à 16h.

Ces cours s'adressent à ceux qui veulent mettre les mains dans la terre, expérimenter, apprendre par la pratique. Au fil des séances, nous réaliserons les travaux de saison dans des parcelles de culture réservées aux participants : semis en pleine terre ou pots, plantations, entretien, récolte...

Bienvenue à toute personne intéressée! Possibilité de commencer le cycle à tout moment.

Les cours s'arrêtent entre décembre et février. Les dates pour 2018 paraîtront en automne.

PAF :

- 5€/séance à payer sur place le jour de votre venue, pas de réservation nécessaire.
- Inscription à l'année : 50€ (demande à faire par mail)



ATELIER DE SAPONIFICATION (MÉTHODE DE SAPONIFICATION À FROID)

Initiation : le jeudi 16 novembre de 13h à 15h30

le jeudi 16 novembre de 18h30 à 21h

perfectionnement : le jeudi 30 novembre de 18h30 à 21h30

Fabriquer ses savons selon la méthode de saponification à froid, c'est à la fois prendre soin de son corps et de l'environnement et c'est tout-à-fait possible moyennant quelques précautions !

Par la saponification froid, vous obtiendrez un savon :

** doux pour la peau*

** réalisé sans production de déchets :*

- lors de la fabrication : la réaction est complète ;

- pour l'emballage : fabrication, élimination.

Lors de la séance d'initiation, nous apprendrons, pas à pas, en petits groupes comment fabriquer un véritable savon naturel à base d'huile d'olive et comment le colorer.

Lors de la séance de perfectionnement, nous découvrirons comment choisir ses graisses et adapter la quantité de soude en conséquence, bref, à formuler un savon.

PAF :

18€ pour la séance d'initiation,

22€ pour la séance de perfectionnement,

inscription obligatoire.

POUR LES FAMILLES



LES PORTES OUVERTES DU MERCREDI

Les 2^{ème} et 4^{ème} mercredis après-midi du mois, de septembre à novembre, de 14h à 16h30 (possibilité de pique niquer à partir de 12h).

Venez découvrir en famille la Ferme d'Uccle, son potager, ses animaux... tout cela dans le magnifique cadre du parc Fond'Roy. Les animateurs vous accueilleront en divers endroits de la ferme où vous pourrez ainsi approcher les moutons, les chèvres et les lapins, observer les poules et le cochon, aller dire bonjour aux ânes et découvrir ce qui pousse au potager.

Les activités débutent à 14h et finissent à 16h30. Nous ouvrons les portes à partir de midi afin que vous puissiez, si l'envie vous en dit, venir prendre votre pique nique à la ferme.

Prochaines dates :

- 13 et 27 septembre
- 11 et 25 octobre
- 8 et 22 novembre

PAF : Gratuit et sans inscription.

*Au Centre Régional
d'Initiation à l'Écologie
Parc Tournay-Solvay,
Chaussée de la Hulpe 199,
1170 Watermael-Boitsfort*

POUR LES ADULTES

MATINÉES D'OBSERVATION DES MIGRATIONS D'OISEAUX AU DOMAINE DES SILEX

Les samedis 30/9, 14/10 et 11/11, à 8h30, 9h30 ou 10h30 (au choix) - fin vers 11h30

La vallée de la Woluwe est un axe de migration important utilisé par les oiseaux, qui survolent ce corridor naturel (Natura 2000) pour contourner la capitale lorsqu'ils font route vers le sud de l'Europe ou l'Afrique. Bienvenue à Watermael-Boitsfort, au Domaine des Silex, où des guides ornithologues se tiendront à la disposition du public pour identifier les différentes espèces en passage migratoire et donner des explications sur le pourquoi et le comment des migrations.

Rendez-vous devant l'entrée publique du Domaine des Silex (grille verte – panneaux d'informations), chemin des Silex, entre le parc Tournay-Solvay et les étangs de Boitsfort, en lisière de Forêt de Soignes.

Infos pratiques : Vêtements et chaussures adaptés. Les chiens restent à la maison. Petit siège pliable (observation principalement statique) et jumelles très utiles. Prêt de jumelles possible. Activité annulée par trop mauvais temps (pluie).

PAF : Gratuit et sans inscription.

Renseignements : COWB 0478 550 424
ou lucdegraer@tournesol-zonnebloem.be



AMÉNAGER UN JARDIN NATUREL, ESTHÉTIQUE ET ACCUEILLANT POUR LA FAUNE ET LA FLORE DE NOS RÉGIONS.

Le cycle comporte 2 séances théoriques en soirées au CRIE et en une journée pratique à la Ferme d'Uccle.

Après s'être interrogés sur ce qu'est la biodiversité, comment elle est apparue sur Terre et en quoi elle est menacée, nous envisagerons des pistes pour la préserver et aborderons quelques actions concrètes pour agir chez soi, très simplement, en aménageant son jardin. Comment valoriser les caractéristiques de son terrain, quelles plantes choisir et où les installer, quels aménagements mettre en place... ? Nous verrons aussi qu'il n'est pas indispensable d'avoir un grand espace pour y insérer de petits îlots de nature et permettre à de véritables petits écosystèmes de s'installer. Notre jardin deviendra à la fois plus naturel, esthétique, agréable et vivant.

Au programme des séances:

Le lundi 9/10 de 19h à 21h30 :

La biodiversité en question et quelques pistes pour concevoir un jardin

Au cours de cette séance, nous aborderons la problématique de la biodiversité dans son ensemble. Nous nous pencherons ensuite sur la conception du jardin et verrons comment y fai-

re coexister différents espaces en tirant parti des conditions du milieu (soleil, ombre, humidité...) et en y réalisant des plantations et des aménagements spécifiques dont les haies sauvages.

Le lundi 16/10 de 19h à 21h30 :

Les fleurs et la faune sauvages

Comment attirer la faune dans son jardin ? Des insectes aux oiseaux, en passant par les amphibiens, nous parcourrons quelques aménagements intéressants pour accueillir la vie sauvage, comment satisfaire ses besoins de base et favoriser son installation ?

De la mare aux prairies fleuries, nous découvrirons comment installer des refuges offrant gîtes et couverts à la faune locale tout en offrant des zones de sauvegardes pour la végétation.

Le samedi 21/10 de 10h à 16h :

Place à la pratique

Cette 3^{ème} séance se déroulera à la Ferme d'Uccle où une visite nous fera découvrir différents aménagements ainsi que la gestion et l'entretien qu'ils demandent. Nous construirons ensuite différents types d'abris pour les insectes et des nichoirs pour les oiseaux à emporter en fin de journée.

Lors de cette dernière journée, nous proposons de fonctionner en auberge espagnole pour le repas du midi.

PAF : 40€ pour le cycle complet, inscription obligatoire.





COURS D'INITIATION À LA BOTANIQUE : LES ARBRES

Les mardis (cours en salle) :

le 10 octobre de 18h30 à 20h30

reconnaître les arbres par leurs feuilles

le 17 octobre de 18h30 à 20h30

reconnaître les arbres par leurs fruits

Le dimanche (sur le terrain) :

Le dimanche 22 octobre de 15h à 17h

reconnaître les arbres sur le terrain

Dans la nature, un arbre se reconnaît à sa silhouette, ses feuilles, ses fruits ou encore son écorce. Tout au long de l'année, suivant le cycle des saisons, l'arbre se transforme: que se passe-t-il en automne ?

Les deux séances en salle seront consacrées à l'observation des feuilles et des fruits et à l'identification des principales espèces à l'aide de clés de détermination.

Sur le terrain, l'arbre sera abordé dans son ensemble (silhouette, taille, milieu de vie, critères de reconnaissance...). L'observation se terminera par l'identification, pour laquelle les clés de détermination pourront être réutilisées.

PAF : 21€ pour le cycle complet,
inscription obligatoire.

POUR LES FAMILLES



LES VISITES GUIDÉES FAMILIALES

Dimanche 10 septembre

La vie au bord de l'étang ou Deux petits canards au bord de l'eau... (suite d'un air connu)

La fin de l'été étant proche, la vie fourmille toujours aux bords des étangs mais le cycle de reproduction de beaucoup d'animaux s'achève. Les petits canards ont grandi, de nouvelles générations d'insectes ont pris la place de la génération antérieure, les végétaux fructifient... la vie continue mais l'automne s'annonce pour bientôt avec ses longs jours de repos, obligatoires pour certains.

Dimanche 15 octobre

Petits et grands fruits de chez nous

Depuis quelques semaines l'automne s'est installé : jours plus courts, température plus fraîche, couleurs chaudes dans le feuillage des arbres... Suivons les remue-ménages des animaux qui se préparent pour l'hiver en profitant de la multitude de fruits offerts par le monde végétal. Savez-vous distinguer les faines, les glands, les strobiles ainsi que les multiples samares ? Et qu'est-ce une drupéo-

*le ? Peut-on tous les mettre à notre menu ?
Et savez-vous répondre à la question subsidiaire : comment les végétaux assurent-ils la dispersion de leurs graines ?*

Rendez-vous à 10h à l'entrée du parc, à côté du parking de la gare de Boitsfort.

PAF : Gratuit, sans inscription

Renseignements pratiques et inscriptions :

De préférence par mail sur inscription@tournesol-zonnebloem.be

Par téléphone au 02/ 675 37 30, entre 9h et 12h

Lors de toute demande d'inscription, nous demandons de bien préciser l'activité souhaitée et de mentionner votre nom, prénom et n° de téléphone.

Conditions d'inscriptions :

Les inscriptions sont effectives après paiement de la participation sur le compte de l'asbl. Le paiement est à effectuer dans les 10 jours ouvrables qui suivent le mail de confirmation. En absence de paiement, la place sera automatiquement libérée pour un autre candidat.

L'asbl se réserve le droit d'annuler un atelier si le nombre de participants en ordre de paiement n'est pas suffisant 7 jours avant l'activité proprement dite ou le début de celle-ci. En cas d'annulation de la part de l'asbl, les participants sont remboursés.

Une annulation plus de 10 jours ouvrables avant le début de l'activité donne droit à un remboursement de 50 % du montant total

Une annulation moins de 10 jours ouvrables avant le début de l'activité ne donne lieu à aucun remboursement.



asbl **Tournesol-Zonnebloem** vzw
Chaussée de La Hulpe 199 1170 Watermael-Boisfort
www.tournesol-zonnebloem.be