



2025

Ateliers bien vivre au naturel





LE PARC...

... est ravi de vous présenter son nouveau programme d'ateliers dédié à ceux qui souhaitent passer du temps dans la nature afin d'adopter un mode de vie plus harmonieux. Que vous soyez novice ou passionné de jardinage, ces ateliers sont conçus pour vous accompagner dans votre quête d'un jardin respectueux de l'environnement.

Au fil de ces rencontres, vous aurez l'occasion de participer à des activités variées et enrichissantes.

Apprenez à réaliser vos semis de printemps au potager, découvrez les secrets des arbres, et quels sont les légumes perpétuels à installer au jardin pour vous régaler saison après saison.

Vous souhaitez apprendre à reconnaître les oiseaux de votre jardin, ça tombe bien ! Muni de jumelles, vous pourrez discrètement les observer à moins que vous préfériez plonger dans l'univers fascinant de l'apiculture.

Découvrez des astuces pratiques pour

jardiner sans moteur. Apprenez à reconnaître les plantes spontanées, souvent qualifiées de « mauvaises herbes » pour mieux les apprécier !

Enfin, laissez-vous séduire par des ateliers « faire soi-même » avec la réalisation de Bee's wrap, tissu recouvert de cire d'abeille et de bonbons à base de miel. Vous pourrez également vous initier à la vannerie sauvage en réalisant une mangeoire pour les oiseaux ou bien réaliser un Kokedama, pour créer des œuvres en lien avec la nature.

Bonne lecture et au plaisir de vous retrouver prochainement.

Renseignements au
01 34 48 66 00



ATELIERS GRATUITS

Ouverture des inscriptions
3 mois avant chaque atelier

Inscriptions obligatoires : www.billetweb.fr/pro/bienvivreanaturel



Mardi 11 mars de 14h à 17h Les semis de printemps au potager

Avec l'arrivée du printemps, les jours rallongent et les températures commencent à être plus douces. C'est le bon moment pour faire des semis !

Selon les espèces végétales, les conditions de germinations seront différentes. Venez découvrir quels sont les semis à réaliser au mois de mars, dans quelles conditions de germination et dans quel type de terreau (fait maison, acheté en jardinerie, etc.). Vous pourrez repartir chez vous avec vos semis. L'objectif est d'aborder les différents besoins des végétaux selon leur famille et de vous aider dans le lancement de votre potager pour la saison 2025.

Matériel recommandé

- Matériel de semis (godets, terreau, semences) fourni. Mais vous pouvez venir avec vos propres semences si vous en avez à disposition.
- Prévoir de quoi prendre des notes et des vêtements adaptés à la saison et à la météo.



Lieu de RDV : Moulin de Pont Rû - 2 Pont Rû
95710 Bray et Lû - 49°14'44.9"N 1°67'03.2"E
Intervenant : Equipe permaculture
Association Le Moulin de Pont Rû.



Dans le
cadre des
30ans
du Parc

Samedi 22 mars de 14h à 17h Auprès de mon arbre

Avez-vous déjà pris le temps d'observer les arbres qui embellissent votre jardin ?

Patrimoine vivant, souvent transmis par nos ancêtres et témoins de l'histoire, ces majestueux êtres vivants fascinants sont bien plus que de simples éléments décoratifs. Ils jouent un rôle essentiel dans notre environnement et méritent d'être découverts ou redécouverts !

Des différentes parties de l'arbre en passant par son cycle de vie et son entretien, tous ces sujets pourront être abordés.

Vous découvrirez également quelles espèces choisir, comment les intégrer dans votre jardin tout en favorisant la biodiversité et en profitant des bienfaits que les arbres nous apportent.



Lieu de RDV : Jardin privé à Villers-en-Arthies
Plan communiqué lors de l'inscription
Intervenant : Alexandre BOURLET
Paysagiste, élaqueur - Green attitude.



Samedi 5 avril de 14h à 17h
Créer un jardin
de légumes perpétuels

Les plantes vivaces représentent 90% des végétaux, les légumes perpétuels en font partie et pourtant on s'évertue à faire des potagers de légumes annuels. Cultiver des légumes perpétuels est donc plus naturel. Cet atelier a pour but de présenter une liste de légumes perpétuels des plus classiques (artichaut) aux plus originaux et rustiques (Crosnes du Japon) en passant par des plus délicats (Capucine tubéreuse) à installer dans son jardin, d'expliquer comment les cultiver et les multiplier. En fin d'atelier, nous partagerons des recettes pour savoir les déguster !



Lieu de RDV : jardin partagé - Chemin des Barbaroux 78740 Vaux-sur-Seine (Entre le n°1 rue Général de Gaulle et le n°3 Chemin des Barbaroux)
 48°59'57.4"N 1°58'36.1"E

Lieu de stationnement : rue du Général de Gaulle et prendre à pied le chemin des Barbaroux

Intervenante : Sophie Pailla - Potagiste

Jeudi 17 avril de 8h30 à 11h30
Partons à la découverte
des oiseaux du jardin !

Rejoignez-nous pour cette matinée enrichissante où nous apprendrons à reconnaître différentes espèces d'oiseaux qui peuplent nos jardins. Cette sortie sera l'occasion d'identifier leurs habitats naturels, expliquer leurs caractères distinctifs. Mais aussi découvrir des astuces pour favoriser la venue de ces charmants visiteurs dans votre jardin. Le rendez-vous se déroulera dans un magnifique domaine, propice à l'observation des oiseaux. Que vous soyez novice ou passionné, cette sortie est ouverte à tous et promet d'être à la fois instructive et agréable. N'oubliez pas d'apporter vos jumelles et votre curiosité !

Matériel à apporter :

> jumelles (si vous n'en possédez pas nous pourrions vous en prêter).



Lieu de RDV : Lieu de RDV : Domaine de Brécourt 95690 Labbeville - 49°07'54.7"N 2°07'46.8"E

Intervenants : Animateurs - Ligue pour la Protection des oiseaux



Lieu de RDV : Jardin privé à Arronville
 Plan communiqué lors de l'inscription
Intervenant : Eric Levens - Apiculteur

Samedi 10 mai de 14h30 à 16h30
Découverte de l'apiculture

Vous souhaitez en savoir plus sur l'apiculture ou tout simplement le monde des abeilles. Cette mini-conférence vous permettra de découvrir la vie fascinante de ces insectes, leur reproduction et les techniques d'élevage. Vous apprendrez également les secrets de la production de ce miel, produit localement, de manière artisanale et bien sûr sans additif ni chauffe. Et pour finir, un moment de dégustation vous sera proposé.

Jeudi 12 juin de 14h à 17h
Entretien du jardin
sans moteur

Cet atelier vous permettra de découvrir ou redécouvrir des outils de jardinage pour travailler son sol, tondre, tailler, balayer sans bruit ni autre pollution.

Limiter, voire abandonner l'usage des outils à moteur, est une démarche en faveur de la biodiversité qui allège notre empreinte carbone, mais aussi qui nous permet de jardiner avec nos cinq sens. Ce faisant, elle nous invite à penser le jardin autrement et à déplacer notre regard sur son esthétique. Venez profiter de conseils et d'expérimentations sur le terrain sur les différentes techniques mises en œuvre dans le Potager du Château de la Roche-Guyon.



Lieu de RDV : Entrée du potager de la Roche-Guyon
 À proximité du point d'information touristique.

49°04'51.5"N 1°37'45.8"E

Intervenant : Emmanuelle Bouffé - Paysagiste et jardinière



Jeudi 28 août 14h à 16h30 **Mangeoire cône en vannerie sauvage**

Après avoir glané les végétaux adaptés dans le parc du château, Marie Drouet vous guidera pour tresser une mangeoire en forme de cône pour les oiseaux. L'atelier est accessible aux débutants.

Matériel à apporter :

► Pantalon indispensable et tablier si possible.



Lieu de RDV : Maison du Parc
95450 - Théméricourt - 49°05'09.6"N 1°53'45.1"E
Intervenant : Marie Drouet - Artiste Vannière.



Lieu de RDV : Portail entre le N°3 et
N°5 rue des vignes - 95640 Marines
49°09'04.7"N 1°59'16.8"E
Lieu de stationnement : Rue des Vignes ou
Rue des Hautiers
Intervenant : Martine Baudin - Association Connaître
et Protéger la Nature de la vallée du Sausseron

Samedi 13 septembre de 14h à 17h **Au jardin de Lucienne, entre nature et jardin, laissons l'harmonie s'installer**

Les plantes spontanées au jardin, avant de les appeler 'mauvaises herbes', essayons de voir ce qu'elles ont à nous dire. Dans le jardin de Lucienne, planté, tondu, labouré depuis toujours, nous observons la conséquence des différentes pratiques sur l'évolution de la végétation, naturelle et cultivée. Et si le fait d'être moins interventionniste permettait de régénérer la vie du sol et de rétablir tous les maillons de la chaîne du vivant, pour finalement favoriser nos plantes cultivées ?

Jeudi 25 septembre de 14h à 17h **Désherber bio à la «mano» ? c'est possible !**

Vous êtes de la team 'nickel chrome, no pasaran les mauvaises herbes' ? Ou vous êtes de la team 'ok les herbes folles pour la planète, mais au secours ça déborde !' ? Quand et comment intervenir ? Quels outils utiliser ? Quelles plantes sont nos alliées ? Comment créer un massif où liseron et chiendent abondent ? Venez partager vos expériences, acquérir de nouvelles notions afin de trouver la place du transat entre stakhanovisme et laisser-faire !

Matériel à apporter :

► Bottes, sécateur, couteau et pourquoi pas binette.



Lieu de RDV : Pépinière « Jardin de Campagne »
95810 Grisy-les-Plâtres - 49°07'41.7"N 2°03'02.4"E
Intervenant : Nathalie Becq - Jardin de Campagne

Samedi 11 octobre de 14h à 17h **Préparer son sol potager pour l'hiver**

En fin de saison, le potager se vide après les dernières récoltes. Mais l'automne ne rime pas avec la paresse au potager. En effet, la saison à peine terminée, il est temps d'anticiper sur la suivante. Et c'est dès maintenant qu'il faut protéger et nourrir son sol, voire l'aérer pour promettre de belles récoltes les années suivantes. Nous verrons quels sont les paillages et les amendements possibles dans un jardin au naturel qui stimuleront la vie du sol, la nourriront et la protégeront pendant la saison hivernale.

Matériel recommandé :

► Prévoir de quoi prendre des notes et des vêtements adaptés à la saison et à la météo.



Lieu de RDV : Au Moulin de Pont Rû
2 Pont Rû - 95710 Bray-et-Lû
49°14'44.9"N 1°6'03.2"E
Intervenant : Equipe permaculture
Association Le Moulin de Pont Rû



Samedi 15 novembre de 14h30 à 16h30

Les produits de la ruche pour notre bien-être

Et si nous utilisions les produits de la ruche pour notre bien-être. Lors de cet atelier, il vous sera proposé la création d'un Bee's wrap, tissu recouvert de cire d'abeille, il vous permettra de remplacer le film alimentaire. Ensuite, pour affronter les premiers froids, nous réaliserons des pastilles pour la gorge « maison et 100% naturelles ». Cette recette, facile à réaliser à base de miel et de plantes, est idéale pour soigner les premières quintes de toux car elle contient de nombreux ingrédients cicatrisants et anti-inflammatoires. Vous verrez, ces petits bonbons adoucissants ne vous quitteront plus ! Et en plus, ils conviennent aussi aux enfants ! Alors, on s'y met ?

Matériel à apporter :

> Fer à repasser et petite boîte pour transporter les pastilles.



Lieu de RDV : Domaine de Brécourt
95690 Labbeville - 49°07'54.7"N 2°07'46.8"E

Intervenant : Valérie Thyrault - Association Re-nait-sens



Samedi 6 décembre de 14h à 17h

Le Kokedama : l'essence de la nature dans un écrin de mousse !

En ce mois de décembre, rejoignez-nous pour un moment convivial et chaleureux, propice aux échanges et à la découverte. Il vous sera proposé de créer un Kokedama que vous pourrez, pourquoi pas, exposer sur votre table de Noël. Cette technique de composition japonaise vous permettra de vous connecter à vos sens et de donner à la plante toute la place qu'elle mérite. Vous pourrez agrémenter votre Kokedama à votre guise pour qu'il s'harmonise à l'esprit festif de Noël.



Lieu de RDV : Gaillon-sur-Montcient
49°01'28.7"N 1°53'30.3"E

Lieu de stationnement : Parking de la mairie
Intervenant : Virginie Boll - ActionSophro

Pour suivre l'actualité de votre Parc

 pnr-vexin-francais.fr

 @Parc_naturel_régional_du_Vexin_français

 @parcvexinfrancais

Parc naturel régional du Vexin français

Maison du Parc - 95450 Théméricourt

01 34 48 66 10

contact@parcduvexin.fr



Parc
naturel
régional
du Vexin français