LE JARDINAGE COMME SOURCE DE SATISFACTION

REF : MJN001

Comment votre jardin peut-il s'inscrire dans votre vie sans stress ni déception ?

Beaucoup de gens démarrent leur potager tout feu tout flamme, avec des rêves de récoltes plein la tête... et au fil de la saison, un stress croissant s'installe, car ils n'ont pas le temps de s'en occuper comme ils le souhaiteraient. Ils finissent par culpabiliser de ne pas y arriver, et au final, en lieu et place de la satisfaction que le potager devrait leur procurer, ils ne récoltent que déception.

Pour éviter ce genre de désillusions, il est important de penser « son » jardin en amont. De réfléchir à la place qu'on peut lui donner dans sa vie, de se poser des objectifs atteignables par rapport à ses possibilités et à celles qu'offre son jardin. Ce stage vous donnera les clés de réflexion pour penser votre jardin en cohérence avec votre vie, mais aussi vos besoins et vos envies... Le but étant que votre jardin potager soit source de satisfactions multiples, d'épanouissement et de valorisation !

PROGRAMME DU STAGE

- Quelles sont les qualités à développer pour être un jardinier heureux
- Quels sont les freins au jardinage joyeux
- Définir et hiérarchiser ses besoins et ses envies
- Définir ses limites (physiques et organisationnelles)
- Reconnaitre les contraintes et les atouts de son potager
- Les solutions concrètes à mettre en œuvre selon les cas
- Étude de cas concrets
- Mise en pratique : établissement d'un plan d'action individualisé
- Échange ouvert, interrogations.
  Visite de jardin selon les conditions météo.

MATÉRIEL NÉCESSAIRE

Feuilles ou cahier, de quoi prendre des notes. Vêtements et chaussures adaptés à la météo et compatibles avec une visite de jardin.

PUBLIC VISÉ ET PRÉREQUIS

Futurs jardiniers, jardiniers débutants ou jardiniers pour lesquels le jardin est source de déception. Aucun prérequis n'est nécessaire.

Noëlle Guillot
3h30
35 € / Personne
Max 3 personnes
Remspach - Linthal
Dates disponibles sur www.mon-jardin-nourricier.fr

OBJECTIFS

- Être capable d'appréhender son jardin de manière à en retirer un maximum de satisfaction
- Savoir définir ses besoins et ses limites, savoir reconnaitre les atouts et contraintes de son jardin pour en déduire un plan d'action cohérent

STAGES COMPLÉMENTAIRES

- Les bases du jardinage écologique (7h00)
- S'organiser au jardin (3h30)
- Semis et plantations (3h30)

mon jardin nourricier

Noëlle Guillot - 241 Remspach - 68610 LINTHAL - 06.76.56.47.47
contact@jardin-nourricier.fr - www.mon-jardin-nourricier.fr

n° SIRET : 489 289 694 00031 - Code APE : 8559B
RC PRO MMA Agence n° 68027 contrat n° 146384840