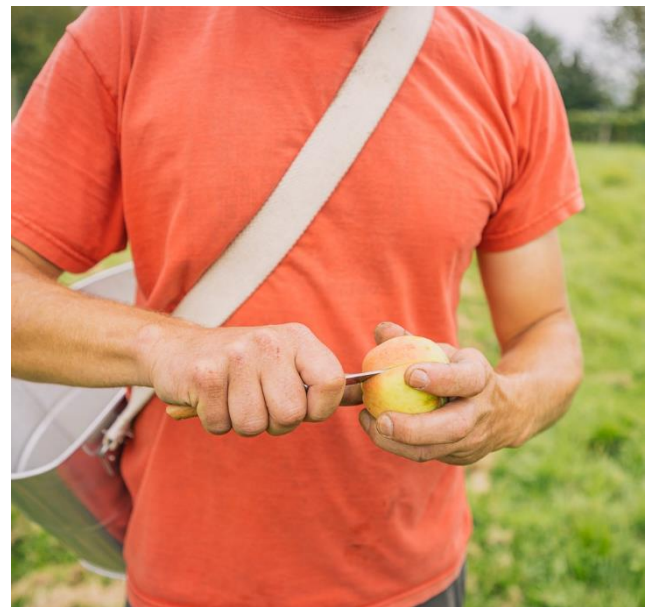




Cycle de formation : Éveil au goût et à une alimentation dynamique : Des clés pour communiquer sur les fruits des vergers hautes tiges

En collaboration avec le groupe de travail "Recettes & découvertes" de Diversifruits, **le projet Wal4fruits vous propose un cycle de formation et des demi-journées découvertes destinées aux porteurs de projet ou aux acteurs économiques actifs** dans la filière hautes tiges souhaitant s'initier à l'**étude du goût** ainsi que découvrir les **principes de l'alimentation dynamique**. Objectif : vous permettre d'intégrer ces connaissances et concepts dans la récolte et la transformation de vos fruits.

Le groupe de travail "Recettes & découvertes" de Diversifruits est né de l'envie de sensibiliser et sauvegarder le patrimoine fruitier wallon au travers de l'histoire et du goût. Au fil du travail mené, une évidence est apparue : l'importance de retisser les liens entre plaisir de manger - goût - qualité des aliments – alimentation – pratique cultural. Avec une question : est-il possible de sensibiliser à la qualité des fruits au travers de l'éducation au goût ?



Cycle de formation organisé par le projet Wal4fruits et ses partenaires



Cycle complet

« Eveil au goût et à une alimentation dynamique » au travers des travaux réalisés par Joël Acremant

Les **21/04/24 - 18/08/24 – 04/12/24 – 17/01/25 – 18/01/25 – 19/01/25**

Cinq dates réparties en trois demi-journées et un week-end. Les trois demi-journées visent à préparer la rencontre avec M. Joël Acremant, qui animera le week-end.

Joël Acremant est un restaurateur qui a développé une vision de l'alimentation qui s'appuie sur les mêmes conceptions de la nature et de l'homme que celles que l'on trouve dans les fondements de l'agriculture biodynamique. Ses travaux sont surtout centrés sur la place des légumes dans la nutrition quotidienne et sur leurs qualités.

Obligation de participer à l'entièreté du cycle.

En supplément, accès libre : accès gratuit aux après-midis découvertes (voir programme détaillé ci-dessous).

PAF : 180€ le cycle, hors logement.

Durant le week-end, logement possible sur place pour 40€/nuit (comprends repas, petit déjeuner et nuit). Horaire, lieu et contenu détaillé dans le programme ci-dessous.

Nombre de place limité à 12 participants.

Réservation via [formulaire en ligne](#).

Le compte et la communication à utiliser pour verser votre participation vous seront indiqués dans le mail de confirmation de votre inscription.

Informations et renseignements : info@diversifruits.be

Programme détaillé

1. Le cycle complet :

*Les animations étant basées sur le livre « Se nourrir aujourd'hui – vers une nouvelle conscience des choix alimentaires », la lecture du livre fait partie des prérequis nécessaires à la participation.

Référence : J. Acremant, « Se nourrir aujourd'hui – Vers une nouvelle conscience des choix alimentaires », édition Novalis

Autre lecture possible mais non obligatoire : J. Acremant, « La cuisine es légumes – Un autre regard sur l'alimentation », édition Eds MABD

***Dimanche 21/04/2024**

Introduction à la Biodynamie, à l'alimentation dynamique et à l'approche Goethéenne

Mise en pratique avec dégustation de fruits de conservation.

Avec Fabrice de Bellefroid et Estelle Carton.

De 10h00 à 12h30 à Omezée (Philippeville).

***Dimanche 18/08/2024**

*Questions autour de la première partie du livre de J. Acremant**

Lien avec les tempéraments d'Hippocrate et mise en situation au travers de la dégustation de fruits d'été.

Avec Fabrice de Bellefroid et Estelle Carton.

De 10h00 à 12h30 à Othée (Awans).

***Mercredi 04/12/2024**

Questions autour de la seconde partie du livre de J. Acremant.*

Diététique chinoise, avec exercice de Qi-Gong. Mise en situation au travers de la dégustation de fruits d'hiver.

Avec Fabrice de Bellefroid et Estelle Carton.

De 18h00 à 20h30 à Bleid (Virton).

***Du vendredi 17/01/2025 20h au dimanche 19/01/2025 12h30 :**

Week-end animé par de M. Joël Acremant. A Habay-la-Vieille. Possibilité de logement sur place.

Vendredi 17/01/2025 - De 20h à 22h30 :

Présentation de M. J. Acremant et introduction à l'alimentation dynamique.

Les sources de la démarche de J. Acremant, les bases d'une alimentation saine ;

L'alimentation considérée selon une image complète de l'individu, corps, âme, esprit.

L'expérience des quatre goûts & la correspondance aux parties de la plante.

Esquisse d'une relation avec les quatre tempéraments.

Samedi 18/01/2025 - De 9h à 16h30 :

Journée centrée sur le travail culinaire. Ce travail sera principalement réalisé sur des légumes, un peu sur des fruits.

Le cru et les cuis en cuisine végétale, vers une vision élargie ;
Les sauces et vinaigrettes ;
Les différentes sources de chaleur en cuisine : comment les apprécier ;
Les aromates dans la cuisine : pourquoi et comment les utiliser ?
Travail culinaire et dégustation en commun.

Dimanche 19/01/2025 - De 9h à 12h30 :

Théorie complémentaire et conclusion

Alimentation végétale, alimentation animale : comment les comprendre, comment les conjuguer selon chacun ?
Le végétarisme, ses vertus, ses limites ;
La question du jeûne ;
Questions diverses, récapitulatif, lectures conseillées.

2. En supplément, les après-midis découvertes à la carte :

***Dimanche 21/04/2024**

Fruits des vergers & plantes sauvages : quelles associations de proximité pour sublimer nos produits ?

Avec Lucille Quaetaert, professeur au CEFOR de « Découverte des plantes sauvages comestibles ». Balade suivie de mises en pratique et dégustations.
De 13h30 à 17h à Omezée (Philippeville).

***Dimanche 18/08/2024**

Découverte du concept des roues des goûts via l'initiation à la roue du miel.
Avec Fabrice de Bellefroid, arboriculteur et apiculteur. Principes théoriques suivis de mise en pratique avec dégustation de miel.
De 13h30 à 17h à Othée (Awans).

***Mercredi 04/12/2024**

Le séchage de fruits
Avec Estelle Carton et Paula Defresne, productrices & transformatrices de fruits hautes tiges.
Principes théoriques suivis de mise en pratique avec la découverte de variétés et la dégustation de produits crus, cuis et séchés.
De 13h30 à 17h00 à Bleid (Virton).

Ces après-midis sont non obligatoires, mais il est nécessaire de vous y inscrire si vous souhaitez y participer.

PAF : 0€ si vous participez au cycle complet – 10€/après-midi autrement.