

Alimentation vivante, cuisine sauvage et transformations agro-alimentaires

Contrat de formation

Entre

L'association Jardin Gourmand, représentée par Gérard Verret, formateur et président,
Association répertoriée à l'INSEE sous le N° 501 324 750 00014

Enregistrée au titre de la formation professionnelle sous le N° 42 67 03913 67, exerçant ses activités
de formation sous l'enseigne "Ecole Buissonnière ©"

Certifiée **DataDock** et **référéncée Carif-alsace**

Dont le siège est 3b, rue de Bassemborg – 67220 Lalaye

Et (nom du stagiaire)

.....

est conclu

le présent contrat de formation, application du livre IX du Code du travail, et en particulier de l'article L920-13.

Article 1 - Durée de l'action de formation et lieu

La formation se déroulera sur la période du au

La formation est d'une durée de 35 heures

Lieu : 3b, rue de Bassemborg – 67220 Lalaye (Vallée de Villé)

Article 2 – Objectifs pédagogiques et compétences visées

Acquérir une vue d'ensemble de l'alimentation vivante avec ses divers composants.

Démarche rendue accessible à tous, sans pré-requis.

En une semaine, vous maîtriserez outils et recettes utiles dans de multiples situations

- A titre personnel, pour améliorer santé et bien-être au quotidien
- A titre professionnel pour enrichir une activité comportant un volet restauration : table d'hôtes, ferme-auberge, restaurant... Cela concerne autant les porteurs de projet que des professionnels déjà installés mais en recherche de diversification, d'originalité dans une approche respectueuse de la nature.
- La formation pourra aussi être appréciée par des artisans

Article 3 – Le programme

Les sujets qui seront abordés sont présentés ci-dessous

Article 4 – Public visé

Toute personne souhaitant s'initier ou approfondir l'approche de l'alimentation vivante, que ce soit à titre personnel ou professionnel (salarié, artisan ou porteur de projet)

Article 5 - Les pré-requis

Pratique familiale de la cuisine.

Pas de connaissances particulières en botanique ou en diététique

Article 6 – La progression pédagogique et moyens mis en œuvre

1. Moyens pédagogiques et techniques mis en œuvre

Le stage donne la priorité à l'acquisition des techniques de base, tant en alimentation vivante incluant la cuisine sauvage qu'en matière de transformations.

Une place sera faite à la reconnaissance des plantes sur le terrain.

De nombreux photocopiés sont remis aux stagiaires au fur et à mesure de la réalisation des recettes.

2. Nature de la sanction de la formation

Etablissement d'un rétro-planning personnel correspondant à la mise en place progressive de nouvelles habitudes alimentaires.

Une attestation de stage sera délivrée.

Article 7 – Les moyens d'évaluation

Le contrôle des connaissances s'effectue au fur et à mesure des échanges et des exercices, démonstrations ou dégustations. Un "bilan" est fait chaque soir avec la Fiche d'Incitation Personnelle FIP puis en fin de stage avec le Plan d'Action Personnalisé PAP accompagné d'un planning identifiant toutes les actions à conduire dès le retour. Un tour de table est fait chaque matin sur la base du bilan de la veille. En fin de stage, un questionnaire permet de chiffrer l'indice de satisfaction. La confection en commun du repas de midi donne également un bon aperçu sur la mise en pratique des thèmes abordés permettant ainsi de donner une appréciation sur les acquis de la session et d'ajuster au fur et à mesure en donnant les compléments d'explications qui s'avèreraient nécessaires. Le repas du dernier jour sera entièrement réalisé à l'initiative des stagiaires. L'identification des engagements de chacun pour organiser le retour permet appréciations et éventuels ajustements.

Six mois après le stage, un questionnaire permettra de faire le point détaillé sur la mise en pratique avec indice de résultat.

Article 8 - L'encadrement de l'action de formation

Toute la formation est dispensée par Gérard Verret, concepteur et fondateur de l'association Jardin Gourmand. Il exerce par ailleurs une activité agricole de ramasseur et transformateur de plantes sauvages. Il est formateur auprès de groupements professionnels et de diverses structures de formation. Il a exercé pendant 30 ans comme expert-comptable et commissaire aux comptes libéral. Il s'est consacré ensuite durant 30 ans aussi à l'exploration des démarches écologiques en privilégiant « Alimentation et Bien-être »

Article 9 - Effectifs concernés par l'action de formation

La session accueille un maximum de 6 stagiaires. Un minimum de 4 stagiaires est requis.

Article 10 – Rétractation

Dans le délai de dix jours à compter de la signature du contrat, le stagiaire peut se rétracter par lettre recommandée avec accusé de réception. Si, par suite de force majeure dûment reconnue, le stagiaire est empêché de suivre la formation, le contrat peut être résilié. Dans ce cas, seules les prestations effectivement dispensées sont dues au prorata temporis de leur valeur prévue au contrat. Aucune somme ne peut être exigée du stagiaire avant l'expiration du délai de rétractation prévu à l'alinéa précédent. Il ne peut être payé à l'expiration de ce délai une somme supérieure à 30 p. 100 du prix convenu. Le solde sera à régler lors de la formation.

Article 11 - Modalités de paiement ainsi que conditions financières prévues en cas de cessation anticipée de la formation ou d'abandon en cours de stage.

Le coût est de 500 euros : cette somme sera à régler comme suit :

- Un acompte de 30%, soit 150 euros à l'inscription, après le délai de rétractation de 10 jours.
- Le solde, soit 350 euros pendant le stage. Un échelonnement est possible.

En contrepartie de cette somme, l'organisme de formation s'engage à réaliser l'action prévue dans le cadre du présent contrat.

Si le stage ne se déroulait pas jusqu'à son terme, les frais ne seraient pas dus.

Fait le

Signature du stagiaire

Signature du représentant de l'organisme de formation



JARDIN GOURMAND
3b, rue de Bassemberg
67220 LALAYE
Tél. 03 88 58 91 44

Programme

Module 1 - L'alimentation vivante

*NB - La cuisine sauvage et les transformations
font l'objet, pour plus de clarté, de deux modules distincts
bien que faisant partie intégrante de l'alimentation vivante*

Présentation générale

La notion d'alimentation vivante

Gérer le changement d'alimentation

Repenser la composition des repas

Les remplacements et leurs limites

Acheter ou faire soi-même

Aspects financiers

Aspects logistique et organisation, etc.

Connaître les principaux ingrédients : pièges et bienfaits

Les critères d'appréciation

Caractéristiques et utilisation des ingrédients

Les enjeux santé et environnement

Un critère à privilégier : le totum

Quelques idées à relativiser

Mythes et pièges

Techniques de base

Températures, aérobie et anaérobie, macération, infusion et décoction, acides et bases, les moutures de céréales, les contenants, le choix du matériel de cuisine, etc.

Présentation des principaux ingrédients

Céréales, légumineuses, oléagineux

Huiles, sucres

Algues

Compléments et assaisonnements

Produits végétariens

Recettes spécifiques

Recettes culinaires

Graines germées

Levains : farine, ginger, curcuma

Kombucha et kéfir

Autres boissons fermentées pauvres en alcool

Idées de décoration

Module 2 - La cuisine sauvage

Présentation générale

Les éléments constitutifs et ingrédients
Les divers modes de cuisson spécifiques
La décoration, les accessoires et les ambiances

Recettes

Par type de préparation

Par thème

La cuisine des fleurs
La cuisine des courges et légumes anciens

Module 3 - Transformations Agro-alimentaires

Présentation générale

La notion de conserves naturelles et sa cohérence avec les stratégies du vivant

Recettes spécifiques

Le séchage
Conserves au sel, à l'huile
Conserves au vinaigre
Conserves au sucre
Conserves à l'alcool
Conserves lacto-fermentées

Synthèse

Engagements pris par les stagiaires

Rétroplanning de mise en œuvre progressive

- Choix des ingrédients nécessaires
- Aménagements pour la logistique
- Choix des recettes