



Fiche pédagogique et programme

La santé par l'alimentation : du jardin à l'assiette

Module 1 : Méthode Korean Natural Farming

CONTEXTE :

Aujourd'hui, il devient plus qu'évident que les pratiques agricoles modernes ont profondément appauvri les sols, déséquilibré les écosystèmes et réduit la vitalité naturelle des cultures. Face à ces constats, de plus en plus de professionnels, de maraîchers et de particuliers prennent conscience de la nécessité de revenir à des méthodes respectueuses du vivant, capables de restaurer la fertilité des terres tout en produisant une alimentation saine et abondante.

Ils recherchent donc des approches simples, efficaces et autonomes, leur permettant de travailler avec la nature plutôt que contre elle, en redonnant au sol toute sa richesse microbiologique et sa capacité d'autorégulation. L'objectif est de retrouver du bon sens agricole, en s'appuyant sur des processus naturels et des ressources locales, tout en réduisant la dépendance aux intrants extérieurs.

Le Korean Natural Farming (KNF) s'inscrit pleinement dans cette dynamique, en proposant des techniques accessibles et puissantes basées sur la compréhension des micro-organismes et des équilibres naturels. Cette approche permet de régénérer les sols, d'améliorer la santé des plantes et de tendre vers une agriculture plus autonome, résiliente et durable.

OBJECTIF D'EVOLUTION :

Dynamiser un sol pour rendre son jardin prolifique

OBJECTIF DE FORMATION :

Augmenter les compétences des amoureux de leur jardin afin de comprendre et de cocréer de manière naturelle, respectueuse et harmonieuse avec leur terre.

CIBLES ET PREREQUIS DE CETTE FORMATION :

Toutes personnes ayant un jardin, un champ ou un terrain, professionnel ou pas sachant parler, lire et écrire le français (formation uniquement en français).

Professionnels ? Nous contacter.

DUREE DE CETTE FORMATION ET MODALITES :

2 jours, 4 demi-journées de 4h soit 16 heures – En présentiel

EFFECTIFS :

3 personnes minimum, 8 maximum

MOYENS PEDAGOGIQUES :

- Apports théoriques et pratiques ;
- Échanges et travail entre les participants.

MOYENS TECHNIQUES :

Matériel de pratique fourni lors de la formation :

Riz, sucre brun, mélasse, lait, bocaux en verre, tissus respirants, boîte en bois ou bambou, ficelle, biochar, balance, gants, seaux, eau non chlorée, cuillères, étiquettes.

Matériel à prévoir : une tenue confortable de jardinage, des gants, de quoi prendre des notes (cahier et stylo).

METHODES

- Rinçage du riz et conservation de l'eau de trempage ;
- Cuisson partielle du riz ;
- Mise en place du riz dans une boîte spéciale prévue à cet effet sur le terrain afin de capturer les micro-organismes indigènes ;
- Récolte du riz inoculé ;
- Mélange du riz au sucre brut et mise en fermentation ;
- Mise en fermentation de l'eau de rinçage du riz ;
- Mélange du sucre brut à l'eau de riz fermentée ;
- Mélange et lait de vache et mise en fermentation ;
- Récupération du LAB et mélange à la mélasse ;
- Réalisation du sérum de saturation ;
- Saturation du biochar ;
- Réalisation de la Terra Preta en mélangeant le biochar saturé à la terre locale.

INTERVENANTS :

Raphaël Colin :

- Cuisinier depuis 1997 ;
- Naturopathe certifié en 2023 ;
- Chercheur en biodynamie et permaculture, mise en œuvre de la méthode KNF depuis 2016.

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES :

A l'issue de la formation, les participants seront capables de :

- Identifier les micro-organismes indigènes adaptés à un terroir ;
- Réaliser les préparations IMO 1 à IMO 5 en autonomie ;
- Produire et utiliser le LAB (bactéries lactiques) comme biostimulant ;
- Préparer et inoculer du biochar pour créer une terra preta adaptée au sol ;
- Appliquer les bonnes pratiques de manipulation et conservation des intrants ;
- Intégrer ces techniques dans une démarche d'agriculture naturelle.
- Collecter, cultiver et appliquer des micro-organismes indigènes (IMO 1 à IMO 5) ;
- Maîtriser la fabrication du LAB (sérum lactobacillus) pour enrichir et régénérer les sols en agroécologie.

PROGRAMME :

Jour 1 matin :

Présentation théorique de la méthode, rôle des micro-organismes indigènes, introduction au biochar.

Jour 1 après-midi :

Atelier pratique IMO 1 (collecte) et préparation du LAB (mise en fermentation)

Jour 2 matin :

Stabilisation et multiplication (IMO 2, IMO 3, IMO 4), initiation à l'inoculation du biochar (préparation LAB dilué, saturation)

Jour 2 après-midi :

Fabrication de IMO 5 (Terra preta), discussion sur les applications au jardin ou au champ.

CERTIFICATION :

Vérification du bon déroulement du process à chaque étape de chaque séance

TARIF :

2 jours : 400€ (prise en charge individuelle) ou 475€ (prise en charge OPCO ou employeur).

DATES ET LIEU :

Les 10 et 11 avril 2026 à Heiligenstein pour la partie théorique (les matins) et à Saint-Nabor pour la partie pratique (les après-midis).