

# Alter'éco 30 propose...

## « Journées de l'autonomie pratique »



### Descriptif :

Nous proposons une approche des différentes techniques aidant à l'organisation de lieux de vie plus autonomes. Nous nous baserons sur les réalisations mises en place au siège d'alter'éco30 et sur des expériences techniques éprouvées.

**Thèmes abordés :** **l'énergie** ( concentrateurs solaires, capteurs plans, poêles économes, carburation à l'huile), **l'eau** (techniques d'auto-construction de citernes, bassins, phyto-épurations + les toilettes sèches), **l'éco-construction** ( les techniques constructives de base, principes bio-climatiques, les usages de la terre et de la paille), **l'agriculture : Peut-on cultiver sans pétrole?** (compostage, jardin sur buttes et plantes à biomasse), **pédagogie alternative** (exemple de la méthode Montessori). Voir descriptif, page 2.

Les temps d'information et de démonstration alterneront avec des ateliers pratiques, des temps d'échanges et de réflexion personnelles.

**Durée des « Journées de l'autonomie pratique » :** 3 jours

**Tarif :** 120 € le stage repas de midi compris

**Nombre de participants :** 8 à 15 personnes

**Conditions :** la pré-inscription par téléphone ou mail est validée à réception de la fiche de renseignements accompagnée des arrhes. Repas partagés sur place et mise à disposition gratuite d'un lieu de couchage et douche.

**Dates 2013 :** du lundi 08 au mercredi 10 juillet

**Lieu :** au siège social d'Alter'éco, chemin des canaux (D135), 30600 Vauvert. Notre localisation sur google map est accessible depuis le site : [www.altereco30.com](http://www.altereco30.com)

**Contact / renseignements :** Bruno Lorthiois 04.66.88.79.60 / [contact@altereco30.com](mailto:contact@altereco30.com)

### Alter'éco30 - Stage autonomie – coupon d'inscription

A retourner à :

Alter'éco, Bruno Lorthiois, chemin des canaux, 30600 Vauvert accompagné du montant des arrhes, soit 40 euros (ou de la totalité du stage).

Inscription dans la limite des places disponibles.

Nom, prénom : .....

Adresse : .....

Mail (en majuscules), Tél : .....

Dates du stage : du ..... au .....

**L'accueil aura lieu le premier jour de 8h30 à 9 h00.**

# Stage « journées de l'autonomie pratique »

## Jour 1 : AUTO-ECOCONSTRUCTION

### Matin

- \* Bases 1 du bioclimatisme : isolation/inertie
- \* Confort thermique d'été, d'hivers, confort hygrométrique, économies de chauffage.
- \* **Expérimentation**
- \* Nature, organisation et dimensionnement des constructions
- \* Les principales techniques constructives : ossature bois, CST, poteaux poutres, GREB, paille porteuse (Maxime), l'éco-rénovation
- \* Enjeux d'une auto-écoconstruction réussie

### Après midi

- \* Usage de la terre et test de composition
- \* **Ateliers pratiques (petits groupes) : paille porteuse, adobes, terre-paille, blocs coulés.**
- \* Echanges sur les ateliers

## JOUR 2 : ENERGIES

### Matin

- \* Bilan des besoins fondamentaux en énergies
- \* Les différents sources d'énergies autonomes envisageables
- \* Principes et démonstrations : concentrateur solaire, capteurs plans (+ principe du thermosiphon), poêles économes (principe de la double combustion)
- \* **Visite du four à pain**
- \* Energie et habitat : bases 2 du bioclimatisme (protection/captage)
- \* **Expérimentations**
- \* **Ateliers pratiques**

### Après-midi

- \* Vidéo / échanges
- \* La carburation à l'huile : théorie et visite atelier de filtration
- \* Les dopages par effet vortex et vapeur d'eau
- \* L'électricité :
  - pour quels usages ?
  - panorama des modes de production et leurs limites
  - exemple de l'éolienne auto-construite de type « Piggott »
  
- \* L'hydrogène en auto-production : avantages et dangers
- \* L'énergie libre : chimère ou réalité?

### Soirée :

Vidéo « La pédagogie Montessori » / échanges

## Jour 3 EAU – TERRE

### Matin

La terre : la cultiver pour se nourrir

- \* Comparatif des dépendances énergétiques entre agro-industrie et agro-biologie
- \* Les principe d'autonomie : 3 formes de transformations

- \* Description des transformations: **mécanique, caloriques et biologique (levures, champignons, micro-organismes, insectes, animaux et autres )** + exemples
- \* Conditions favorables aux processus de transformation biologique.
- \* Exemple d'un processus de transformation : l'humus. De la matière organique à la matière minérale.
- \* Notre rôle pour cultiver la terre : comprendre et accompagner les phénomènes naturels

\* **Visite d'un milieu vivant**

L'eau

- \* Ressources (pluie toiture, pluie collinaire, source, nappe, rivière, étang, mer, condensation)
- \* Usages (boisson, cuisine, arrosage, aquaculture, transport calorique, énergie mécanique, énergie biologique, nettoyage corps et lieu de vie)
- \* Restitution au cycle naturel
- \* La phyto-épuration : atelier démonstratif participatif
- \* Explication fonctionnement et visite
  - \* **Atelier pratique : bassin et citernes en ferro-ciment**

## Après-midi

Stockage et potabilisation de l'eau

- \* Les différents moyens
- \* Potabilisation : législation et techniques de stockage et de filtration
- \* Ferro-ciment : diaporama

Autonomie et organisations collectives

- \* Les enjeux du collectif
- \* Construire d'autres rapports aux autres

Systèmes d'Organisation Naturelle

- \* Une définition
- \* **Exemple : inter-relations autour du jardin sur buttes**

Toilettes sèches

- \* **Principes et visite**

Echange - bilan