

# Alter'éco 30 propose...

## «Autonomie pratique : principes et techniques »



### Descriptif :

Nous vous proposons de découvrir les principes et techniques permettant l'organisation d'un lieu de vie plus autonome.

Nous aborderons une vision globale et interactive de l'autonomie pour ensuite aborder chaque grande thématique : **l'énergie** ( concentrateurs solaires, capteurs plans, poèles et cuisinières économes), **l'eau** (techniques d'auto-construction de citernes, bassins, phyto-épurations + les toilettes sèches, potabilisation), **l'éco-construction** ( les techniques constructives de base, principes bio-climatiques, les usages de la terre et de la paille), **l'agro-écologie** (bases d'une agriculture autonome). **La dimension humaine** sera abordée avec notamment l'importance d'une organisation collective.

Nous nous baserons sur les réalisations mises en place à Echovert (voir altereco30.com, rubrique réalisations. L'approche théorique alternera avec des démonstrations, visites et ateliers pratiques (programme ci après).

**Durée des :** 3 jours

**Tarif :** 180 € le stage

**Nombre de participants :** 6 à 12 personnes

**Conditions :** la pré-inscription par téléphone ou mail est validée à réception de la fiche de renseignements accompagnée des arrhes. Le tarif comprend la nourriture et la mise à disposition d'un lieu de couchage collectif.

**Date 2017 :** du vendredi 14 au dimanche 16 juillet

**Lieu :** « Echovert » l'éco-lieu d'Alter'éco 30, 1617 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) / [www.altereco30.com](http://www.altereco30.com)  
.....

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

A retourner à :

Alter'éco 30, Bruno Lorthiois, chemin des canaux, 30600 Vauvert accompagné du montant des arrhes, soit 90 euros.

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 :

L'autonomie, qu'est ce que c'est ?

Présentation, échanges et construction collective d'une vision globale.

## Construire avec des matériaux naturels, pourquoi, comment ?

### Matin

- \* Bases du bioclimatisme : isolation/inertie
- \* Confort thermique d'été, d'hivers, confort hygrométrique, économies de chauffage.
- \* **Expérimentation**
- \* Nature, organisation, dimensionnement et coût selon les choix
- \* Les principales techniques constructives : ossature bois, CST, poteaux poutres, GREB, paille porteuse, technique simplifiés Alter'éco 30, possibilités en éco-rénovation
- \* Enjeux d'une auto-écoconstruction réussie

### Après midi

- \* La terre, élément clef en construction.
- \* **Ateliers pratiques (petits groupes) : paille porteuse, adobes, terre-paille, blocs coulés.**
- \* Echanges sur les ateliers
- \* diaporama sur la technique de construction simplifiée d'Alter'éco 30 suivit d'une visite.

## JOUR 2 : ENERGIES

### Matin

- \* Bilan des besoins fondamentaux d'un lieu en énergies
- \* Les différents sources d'énergies autonomes envisageables
- \* Principes et démonstrations : concentrateur solaire, capteurs plans (+ principe du thermosiphon), poêles économes, poeles de masse, foyer multi-fonction.
- \* **Découverte de nos réalisations : four à pain, cuisinière et poele multifonctions**
- \* Energies et habitat : l'autonomie par le bioclimatisme (protection/captage)
- \* **Expérimentations**
- \* **Ateliers pratiques**

### Après-midi

- \* échanges et questions
- \* L'électricité :
  - pour quels usages ?
  - panorama des modes de production, leurs avantages et inconvénients.
  - exemple de l'éolienne auto-construite de type « Piggott ».
- \* chauffage, cuisine et transformation, eau sanitaire : les outils de l'autonomie en énergie thermique.
- \* L'énergie libre : chimère ou réalité?

### Soirée (facultatif) :

Vidéo « La pédagogie Montessori » / échanges

## JOUR 3 EAU – TERRE

### Matin

La terre : la cultiver pour se nourrir

- \* Etat des lieux de l'agriculture moderne
- \* La fertilité naturelle : principes à l'oeuvre et technique d'application
- \* Comment rendre un lieu auto-fertile ? Définition et principes d'application
- \* Exemples pratiques : compostage et couvert végétal
- \* **Visite des Jardins de la Vallée Verte**

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). Quels moyens de potabilisation ?
- \* Stockage et acheminement : la technique du ferro-ciment
- \* La phyto-épuration : atelier démonstratif participatif
- \* Explication fonctionnement et visite
- \* **Atelier pratique : bassin et citernes en ferro-ciment**

### Après-midi

- \* Toilettes sèches : différentes approches
- \* Technique du compostage intégré : explications et visite

Autonomie et organisations collectives

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

Echange - bilan