

planté fwi péyi

WOULO POU
LA SEN JAN

12^e édition



Samedi 16 juin 2018

sé santé é richès a dèmen

Journée portes ouvertes
8h30 à 15h00



Les fruits se mettent au vert au jardin créole
«Planté fwi péyi, sé santé é richès à dèmen»

CFPPA de la Basse-Terre Chantilly Lamentin - Contact : 0590 25 60 21



WOULO POU LA SEN JAN 2018



Production et réalisation

- BPRAPH (Brevet Professionnel de Responsable d'Atelier et de Production Horticole)
- BPREA (Brevet Professionnel de Responsable d'Exploitation Agricole)
- BPATA (Brevet Professionnel Agricole Transformation Alimentaire)
- CAPA JP (Certificat d'Aptitude Professionnelle Agricole Jardinier Paysagiste)

Formations financées par la Région Guadeloupe
et le Fond Social Européen



A photograph showing a person from behind, wearing a light-colored long-sleeved shirt and blue jeans, watering a garden. They are holding a green watering can and pouring water onto several green leafy plants in a raised bed. The background is filled with more lush greenery.

NOTE D'OPPORTUNITÉ

Origine de la fête de la Saint-Jean

La Saint-Jean Baptiste s'inscrit dans la culture pratiquement universelle par des traditions pré chrétiennes dans l'hémisphère nord. Ceci s'explique par la proximité du «solstice d'été», qui lui a lieu pratiquement chaque année le 19 juin. Les différentes civilisations en ont profité pour faire la fête durant cette courte nuit. Les feux de solstices étaient à l'origine des fêtes païennes. L'église catholique a ensuite christianisé la pratique païenne, selon sa politique traditionnelle.

La culture guadeloupéenne à la Saint-Jean

La St-Jean, traditionnellement désignée comme jour idéal pour la plantation des arbres fruitiers et des légumes racines se singularise chaque année par une réconciliation de l'homme avec la terre mère.

Le jardin créole

Le jardin créole est un espace de biodiversité où l'on retrouve les fruits et légumes destinés à la nourriture, les plantes aromatiques et médicinales... Le jardin créole est un élément incontournable du patrimoine agricole et culturel des Antilles. La Guadeloupe se distingue par la richesse de sa faune et de sa flore. Elle est classée en parc national depuis 1989 en raison de la préservation d'un grand nombre de ses écosystèmes naturels. Depuis 1983, elle est également classée « Réserve Naturelle de Biosphère » au titre du programme de l'UNESCO « Man and Biosphere » (MAB) qui vise à la protection et la mise en valeur des patrimoines naturels et culturels des territoires de qualité exceptionnelle. La nature est généreuse, au fil des saisons on retrouve une diversité de fruits et légumes.

Ainsi, notre 12^{ème} édition Woulo pou la sen jan a pour thème :

Les fruits se mettent au vert au jardin créole
“Planté fwi péyi, sé santé é richès à dèmen”

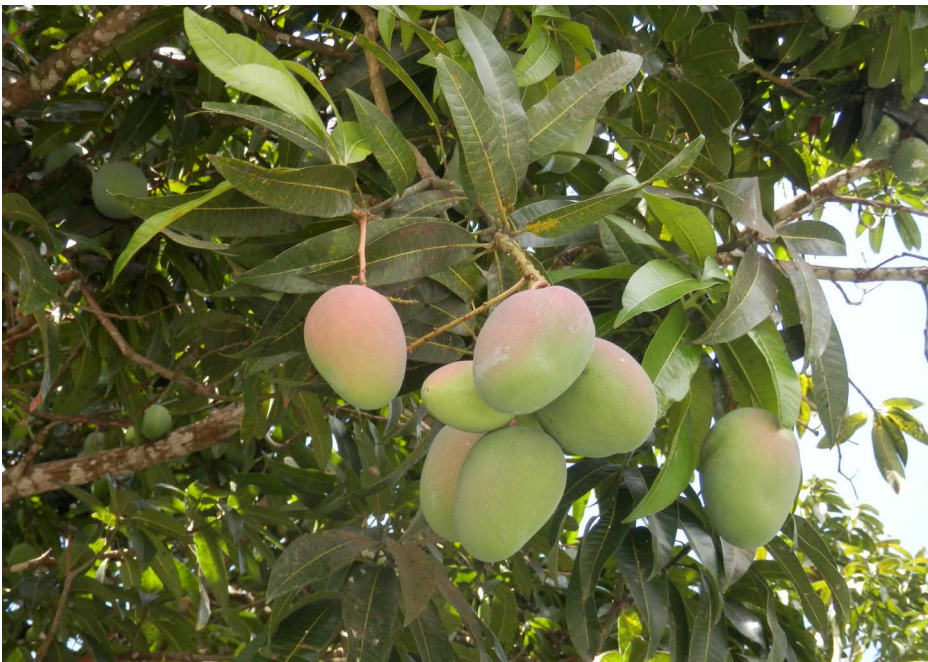
LES FRUITS LEURS BIENFAITS



Selon le programme National Nutrition santé qui recommande de manger des fruits et des légumes, les fruits sont excellents pour la santé. Mais en quoi le sont-ils ?

Tout d'abord, ils sont une grande source de vitamines, de minéraux et en fibres. Ils possèdent le grand avantage d'être peu caloriques et l'index glycémique (c'est-à-dire le pouvoir sucrant) est modéré. Ils ont également des vertus thérapeutiques prouvées d'où la Pharmacopée.

Quelques exemples de fruits :



Il existe 500 variétés de **mangues**. C'est un aliment riche en eau, en glucides (sucres) et en divers éléments, dont les vitamines A, B, C et E. La vitamine E est la vitamine de la fertilité.

Aide à prévenir du cancer, favorise une bonne santé des yeux, aide à maintenir une bonne santé cardiaque...
(source : santenaturelle.org)

La **papaye** est l'un des fruits les plus riches en vitamine C. Elle facilite la digestion et favorise l'élimination du cholestérol. Elle élimine les parasites intestinaux Elle diminue les douleurs menstruelles. Les fruits et les bourgeons des feuilles peuvent être utilisés comme calmant. Même les graines ont une valeur médicinale importante. (source: ameioresante.com)



Le **corossol** appelé *Annona muricata* ou *graviola*, est à la fois un puissant diurétique, un excellent hypotenseur ou encore un formidable régulateur des fonctions de l'organisme. En effet, il est utilisé pour purifier le foie ou encore pour maintenir l'équilibre du taux de sucre dans le sang. D'autre part, le corossol peut également s'inscrire dans le cadre d'un traitement contre les troubles du sommeil, la dépression ou encore le stress. Ses propriétés antimicrobiennes en font un rempart efficace contre les attaques bactériennes, fongiques ou parasitaires. Sur le plan digestif, il facilite le transit et constitue un antispasmodique particulièrement efficace. (source : femmeactuelle.fr)



Le fruit de la passion appelé **maracudja** est riche en antioxydant, en potassium et en fibre. Il fait baisser la tension, améliore la digestion et nettoie le colon. Il serait idéal contre les coups de mou et d'après une étude américaine, il diminuerait les symptômes de l'asthme. (source: femininbio.com)





L'ORGANISATION DE LA MANIFESTATION

Nos ateliers

- Le rôle des insectes et plantes utiles au jardin
- Planter, repiquer, faire pousser
- Plantes aromatiques et médicinales
- Compost et lombric-compost
- Purin, traitement naturel (Adulte uniquement)

Nos conférences

- 10h - 11h : **Les fruits locaux « nos alicaments »** animée par Marie GUSTAVE Présidente de l'APLAMEDAROM
- 11h - 12h : **La culture des arbres fruitiers en pots** animée par Yvon JOSEPH «passionné d'arboriculture fruitière»

Nos visites

- Jardin Créole
- Jardin Médicinal

Exposants

Nos artisans présenteront et vendront des produits originaux réalisés avec des produits du jardin :

- Vinaigre de fruits locaux **Man Roro**
- Agriculture biologique (fruits & légumes) **Elin LOSANGE**
- Farine manioc & Kassav **A ka Liz**
- Confit punch, confitures, sirop, fruits confits etc. **Mr AMBLAS**
- Ventes de fruits et légumes, d'arbres fruitiers, plantes aromatiques, plantes médicinales, plantes ornementales, plants maraichers



PROGRAMME DE LA JOURNÉE

HORAIRE	ACTIVITÉS	DURÉE
8h30	DEBUT DE LA MANIFESTATION ACCUEIL DU PUBLIC OUVERTURE ET VISTE DES STANDS	
8h30 à 15h00	VENTE DE PLANTES	
9h00 à 10h00	ATELIERS	30 min/atelier
10h	CONFERENCE DE MARIE GUSTAVE	1h
11h	CONFERENCE DE YVON JOSEPH	1h
12h à 14h30	ATELIERS	30 min/ atelier
15h00	FERMETURE DES STANDS FIN DE LA MANIFESTATION	