

# PROGRAMME SAMEDI 17 NOVEMBRE

## LA CUISINE

### 10H00-11H00 Déchiffrer les étiquettes

En s'appuyant sur nos emballages alimentaires du quotidien (pizza, oeufs, jus de fruits...), nous apprendrons à déchiffrer les étiquettes et faire la part des choses entre le marketing et les véritables informations (labels, logos, codes...). **Animé par le CPIE Loire Anjou**

### 11H15-12H15 Conserver ses légumes

Découvrez ou redécouvrez les différents modes de conservations des légumes, leurs avantages et inconvénients. **Animé par le CPIE Loire Anjou**

### 12H30-13h00 Fabriquer des Bee's Wrap

Comment remplacer le film alimentaire en plastique ? Grâce aux Bee's Wrap, ces tissus enduits de cire d'abeilles. Venez apprendre à en fabriquer en atelier. **Animé par le SMITOM**

### 14H00-15H00 Cuisiner des fânes et des feuilles de légumes

Ne jetez plus les fânes des carottes ou des radis car tout se mange ! Même l'ortie ! Grâce à cet atelier, apprenez à cuisiner des recettes simples et savoureuses. **Animé par Eco-Formations des Pays de la Loire**

### 15h15-15h45 Fabriquer des Bee's Wrap

Comment remplacer le film alimentaire en plastique ? Grâce aux Bee's Wrap, ces tissus enduits de cire d'abeilles. Venez apprendre à en fabriquer en atelier. **Animé par le SMITOM**

### 16H00-17H00 Déchiffrer les étiquettes

En s'appuyant sur nos emballages alimentaires du quotidien (pizza, oeufs, jus de fruits...), nous apprendrons à déchiffrer les étiquettes et faire la part des choses entre le marketing et les véritables informations (labels, logos, codes...). **Animé par le CPIE Loire Anjou**

### APRES-MIDI Affûter ses couteaux

Pensez à affûter vos couteaux plutôt que d'en acheter de neufs. N'hésitez pas à apporter vos couteaux pour que Mr Jouteau vous conseille sur les techniques d'affûtage! **Animé par Jouteau Affûtage**

### EN CONTINU Jeu « Ranger son frigo »

En bas ou en haut ? Comment ranger fruits et légumes, plats ou poissons dans le réfrigérateur. Si vous entassez tout n'importe comment vous risquez non seulement de vous rendre malade, mais aussi de perdre plus rapidement la fraîcheur et la saveur des aliments. Découvrez à travers ce jeu, les conseils pour bien ranger les aliments dans son frigo. **Prêté par le Département 49**

## LA SALLE DE BAIN

### 10H00-10H45 Fabriquer sa lessive maison

De quoi est composée ma lessive ? Ses composants sont-ils vraiment bons pour le linge et la peau ? Pour le savoir rien de plus simple, apprenez à la confectionner vous-même avec des produits naturels dont on connaît la provenance et la composition. **Animé par le CPIE Loire Anjou**

### 11H00-11H45 Fabriquer ses produits d'entretien

D'où viennent mes produits nettoyants et quelles substances contiennent-ils ? Pour le savoir rien de plus simple, apprenez à les fabriquer vous-même avec des produits naturels. **Animé par le CPIE Loire Anjou**

### 12H00-13h00 Fabriquer ses cosmétiques maison et se soigner aux huiles essentielles

De quoi mes cosmétiques sont-elles réellement composées ? Comment composer ma trousse de secours avec des huiles essentielles ? Apprenez à composer vous-même vos cosmétiques et à utiliser les huiles essentielles avec Coraline Coutant. **Animé par Eco-Formations des Pays de la Loire**

### 14H00-15H30 Fabriquer sa lessive maison et ses produits d'entretien

Apprenez à confectionner vous-même une lessive maison et des produits d'entretien avec des produits naturels dont on connaît la provenance et la composition.. **Animé par le CPIE Loire Anjou**

### 15h45-16h15 Fabriquer ses produits d'hygiène

Avec quelques ingrédients naturels et peu onéreux, apprenez à fabriquer votre déodorant et dentifrice maison. **Animé par Eco-Formations des Pays de la Loire**

### 16H30-17H00 L'hygiène au féminin 0 déchet

Découvrez les alternatives 0 déchets à l'hygiène féminine. **Animé par Eco-Formations des Pays de la Loire**

## LE SALON / BUREAU

### 10H00-10H45 Savoir emballer avec la méthode Furoshiki

Noël approche et l'heure des cadeaux aussi. Pour remplacer le papier cadeau, apprenez à emballer vos présents avec du tissu. Et en plus, le tissu ne sera pas perdu ! **Animé par les Cotons de Luce**

### 11H00-12H00 Fabriquer de la déco avec de la récup'

Création de décorations ou d'objets avec de la récupération que l'on trouve facilement chez soi. **Animé par le SMITOM**

### 12H15-13h00 Savoir emballer avec la méthode Furoshiki

Noël approche et l'heure des cadeaux aussi. Pour remplacer le papier cadeau, apprenez à emballer vos présents avec du tissu. Et en plus, le tissu ne sera pas perdu ! **Animé par les Cotons de Luce**

### 14H00-15H30 Savoir emballer avec la méthode Furoshiki

Noël approche et l'heure des cadeaux aussi. Pour remplacer le papier cadeau, apprenez à emballer vos présents avec du tissu. Et en plus, le tissu ne sera pas perdu ! **Animé par les Cotons de Luce**

### 15h45-17h00 Fabriquer de la déco avec de la récup'

Création de décorations ou d'objets avec de la récupération que l'on trouve facilement chez soi. **Animé par le SMITOM**

### EN CONTINU Réparer son matériel informatique

Apprenez à démonter du matériel informatique pour mieux comprendre leur fonctionnement et pour les réparer. **Animé par Microrepaire**

### EN CONTINU Bibliothèque & stand découverte produits 0 Déchet

Consulter nos ouvrages sur le 0 déchet et les techniques pour faire vous-même produit d'entretien, Furoshiki ou le jardinage au naturel. Découvrez aussi les réalisations de quelques professionnels pour faire le plein de bonnes idées.

## LES CHAMBRES PARENTS ET ENFANTS

### 10H00-10H45 Fabriquer des sacs avec des tee-shirt

Un tee-shirt trop petit que vous souhaitez conserver ? Apprenez à le transformer pour en faire un sac en quelques minutes. **Animé par le SMITOM**

### 11H00-12H00 Fabriquer des jeux avec de la récup'

Création de décorations ou d'objets avec de la récupération que l'on trouve facilement chez soi. **Animé par le CPIE Loire Anjou**

### 12H15-13h00 Fabriquer des sacs à vrac et des lingettes démaquillantes

Fini les sacs plastiques jetables ou les achats de cotons à démaquiller. Choisissez le tissu qui vous convient et apprenez à coudre vos propres sacs à vrac et disques démaquillants. **Animé par le SMITOM**

### 13H45-14H30 Fabriquer de la peinture avec des légumes

Le rose des betteraves, le vert des épinards... Créons des encres et peintures naturelles à partir des légumes et plantes du jardin. **Animé par le CPIE Loire Anjou**

### 14h45-15h45 Fabriquer des jeux avec de la récup'

Création de décorations ou d'objets avec de la récupération que l'on trouve facilement chez soi. **Animé par le CPIE Loire Anjou**

### 16H00-17H00 Fabriquer de la peinture avec des légumes

Le rose des betteraves, le vert des épinards... Créons des encres et peintures naturelles à partir des légumes et plantes du jardin. **Animé par le CPIE Loire Anjou**

### APRES-MIDI Réparer sa maroquinerie

Nous avons tous dans notre placard un joli sac en cuir malheureusement un peu usé ou avec la fermeture éclair cassée... Plutôt que de jeter ces objets, pourquoi ne pas leur donner une seconde vie ? **Animé par la CRMA**

### APRES-MIDI Réparer ou relooker ses vêtements

Des vêtements à customiser avec un peu de créativité donneront une seconde vie à votre garde-robe ! **Animé par Pôle couture**

### EN CONTINU Fabriquer ses couches lavables

Plus besoin de courir au magasin pour acheter des couches une fois votre stock de jolies couches lavables confectionné ! Venez découvrir les avantages des couches lavables et toutes les techniques pour les réaliser vous-même. **Animé par Claudia VERDON**

## LE JARDIN

### 10H00-11H00 Accueillir la biodiversité au jardin

Chaque animal présent au jardin joue un rôle dans l'équilibre du milieu. Delphine vous indiquera quels sont les avantages de ces petits auxiliaires et vous conseillera sur les gestes simples pour favoriser leur présence dans votre jardin. **Animé par le CPIE Loire Anjou**

### 11H15-12H15 Dynamiser et soigner les plantes par le jardinage au naturel!

Discutez et échangez avec des animateurs du CPIE autour des techniques pour jardiner naturel, sans utiliser de pesticide. **Animé par le CPIE Loire Anjou**

### 12H30-13h00 Fabriquer une cabane à oiseau

Apprenez à fabriquer une cabane à oiseau avec du matériel de récupération que l'on trouve facilement chez soi. **Animé par le SMITOM**

### 14H00-14H30 Fabriquer une cabane à oiseau

Apprenez à fabriquer une cabane à oiseau avec du matériel de récupération que l'on trouve facilement chez soi. **Animé par le SMITOM**

### 14h45-15h45 Accueillir la biodiversité au jardin

Chaque animal présent au jardin joue un rôle dans l'équilibre du milieu. Delphine vous indiquera quels sont les avantages de ces petits auxiliaires et vous conseillera sur les gestes simples pour favoriser leur présence dans votre jardin. **Animé par le CPIE Loire Anjou**

### 16H00-17H00 Dynamiser et soigner les plantes par le jardinage au naturel!

Discutez et échangez avec des animateurs du CPIE autour des techniques pour jardiner naturel, sans utiliser de pesticide. **Animé par le CPIE Loire Anjou**

### APRES-MIDI Réparer son vélo & tester le vélo électrique

Le réparateur de vélos vous montrera comment démonter et changer une chambre à air et vous conseillera pour toutes les petites réparations. Vous pourrez même vous essayer au vélo électrique ! **Animé par Cycle Francois**

### EN CONTINU Fabrication d'un hôtel à insecte & de meubles en palette

Apprenez à fabriquer un hôtel à insectes et des meubles de jardin grâce à des palettes de récupération. Conseils et démonstrations, toute la journée. **Animé par le SMITOM**

En partenariat avec :

