

WEEK-END BIEN VIVRE ÉCO RESPONSABLE

samedi 23 et dimanche 24 novembre de 10h30 à 18h

Dans le cadre de la semaine Européenne de la réduction des déchets

SAMEDI

- 10H30-12H30** VENEZ AU MARCHÉ AVEC NOTRE EXPERTE CULINAIRE ET ÉLABOREZ VOS REPAS AVEC DES PRODUITS DE SAISON
- 14H-15H** FABRIQUEZ VOS PRODUITS MÉNAGERS
- 15H-16H** CRÉEZ VOTRE SAC DE COURSE À PARTIR DE TEXTILES RECYCLÉS (T-BAG)
- 16H-17H** L'ÉCO-ANXIÉTÉ VOUS GUETTE, VENEZ FAIRE UNE POSE AVEC NOTRE SOPHROLOGUE
- 17H-18H** RECETTE ANTI-GASPI : APPRENEZ À CUISINER VOS ÉPLUCHURES, FANES, PELURES...



DIMANCHE

- 13H-14H** FABRIQUEZ VOS BOITES DE RANGEMENT AVEC DU CARTON RECYCLÉ
- 14H-15H** DÉSENCOMBREZ ET RÉORGANISEZ VOTRE INTÉRIEUR
- 15H-16H** FABRIQUEZ VOTRE SHAMPOING SOLIDE
- 16H-17H** ÉLABOREZ VOTRE DÉODORANT ET VOTRE DENTIFRICE
- 17H-18H** FABRIQUEZ VOS ÉPONGES ZÉRO DÉCHET

Venez découvrir nos activités et participer à nos ateliers
Tarif unique par activité 5 €

RÉSERVEZ VOS ACTIVITÉS DÈS MAINTENANT !!!
Billetterie sur place - Prévente HelloAsso.com

Réservation & informations
www.atelierdesjolieschoses.com

9, rue du Colonel Marchand, 94800 VILLEJUIF (centre-ville à côté du marché)

WEEK-END BIEN VIVRE ÉCO RESPONSABLE

Samedi 23 novembre 2019

10h30-12h30

Venez faire votre marché et élaborer vos repas avec des produits de saison

Anti gaspi / Recette Santé

Avec notre experte culinaire, parcourez les étals du marché. Apprenez à acheter en vrac et de saison, vous dépenserez moins. Puis retour à l'atelier pour élaborer vos recettes de la semaine.

14h-15h

Fabriquez vos produits ménagers

Réemploi / Zéro déchet /
Réduction des emballages

Fabriquer sa propre lessive et ses produits ménagers permet de lutter contre la pollution intérieure des logements, de faire des économies et de réduire sa consommation d'emballages.

-> Apportez une petite bouteille pour la lessive

15-16h

Créez votre sac de courses à partir de textiles recyclés (t-bag)

Réemploi / Réduction des emballages

Confectionnez votre sac en tissu réutilisable pour faire vos courses zéro déchet avec style ! A partir de vos vieux tee-shirts, nous réaliserons votre T-bag. Pour une génération zéro déchet qui a choisi de consommer de manière responsable et durable !

-> Apportez un Tee-shirt

16h-17h

L'éco-anxiété vous guette, venez faire une pose avec notre sophrologue

Eco-anxiété

« La dépression verte »: cette angoisse climatique n'est pas uniquement péjorative et négative. Elle peut inciter les éco-anxieux à s'engager en adoptant des gestes simples et efficaces. L'éco-anxiété se gère par un changement de consommation et d'habitudes pour gagner en sérénité et qualité de vie. La sophrologie vous aidera dans cette démarche de bien-être. Elle permet de développer une conscience sereine grâce à des techniques de relaxation, et d'activation du corps et de l'esprit.

17h-18h

Recette anti-gaspi : Apprenez à cuisiner vos déchets alimentaires : épluchures, fanes, pelures...

Alimentation / Zéro déchet / Anti gaspi

Halte au gaspillage et au gâchis alimentaire ! Au lieu de jeter vos épluchures de légumes, vos fanes, vos pelures, pensez à les conserver pour les cuisiner. Ecologique, économique et bonne, la cuisine de nos épluchures a tout bon.

WEEK-END BIEN VIVRE ÉCO RESPONSABLE

Dimanche 24 novembre 2019

13h-14h

**Fabriquez vos boîtes de rangement
avec du carton recyclé**

Réemploi / Réduction des emballages

Grâce à des techniques simples, venez apprendre à fabriquer vos boîtes en carton pour avoir des rangements sur mesure.

14h-15h

**Désencombrer et réorganiser
son intérieur**

Optimiser / Organiser

Bien plus que ranger ou organiser son espace intérieur, il s'agit d'un art de vivre pour simplifier sa vie et retrouver du temps pour soi. En dégagant l'espace, on récupère de la place, du temps, de l'énergie pour les nouveaux projets. En éliminant tout ce qui est encombrant on s'allège l'esprit.

15-16h

Fabriquez votre shampoing solide

Réduction des emballages
Produits naturels

Fabriquer ses cosmétiques naturels : shampoing, déodorant ou dentifrice, composés uniquement d'ingrédients d'origine naturelle, labellisés bio et/ou slow cosmétique, tous biodégradables. Pas d'emballages plastiques néfastes

16h-17h

**Elaborez votre déodorant
et votre dentifrice**

Réduction des emballages
Produits naturels

Fabriquer ses cosmétiques naturels : shampoing, déodorant ou dentifrice, composés uniquement d'ingrédients d'origine naturelle, labellisés bio et/ou slow cosmétique, tous biodégradables. Pas d'emballages plastiques néfastes

17h-18h

Fabriquez vos éponges Zéro déchet

Réemploi / Zéro déchet

Tawashi : Petite éponge plus durable et plus écologique que nos éponges traditionnelles. Tricotée ou crochetée avec des matériaux de récup (chaussettes en fin de vie, t-shirts) ou de fibres végétales naturelles (sisal, coco ...)

Tarif unique par activité 5 €

Réservation & informations
www.atelierdesjolieschoses.com



Atelier des Jolies Choses
9, rue du Colonel marchand,
94800 Villejuif
(centre-ville à côté du marché)