

## Public concerné :

Ces ateliers sont ouverts à toutes les personnes intéressées par le sujet.

## AISNE

### Adresses :

Les lieux exacts vous seront communiqués après votre inscription, quelques jours avant chaque atelier.

Ces ateliers sont organisés par le CPIE des Pays de l'Aisne (Centre Permanent d'Initiatives pour l'Environnement), avec le soutien financier de la DREAL Hauts-de-France (Direction régionale de l'environnement, de l'aménagement et du logement), de Léa Nature et du Conseil départemental de l'Aisne, en partenariat avec les bibliothèques de Corbeny, Folembray et Guise, ainsi que les médiathèques de Château-Thierry, Géodomia de Merlieux-et-Fouquerolles, Mons-en-Laonnois, Montescourt-Lizerolles et Tergnier.

## Renseignement et inscription :

Afin de privilégier l'aspect interactif, le nombre de participants est limité. Etant fermé les samedis et dimanches, les inscriptions sont traitées du lundi au vendredi. Inscription au plus tard 3 jours avant la date de l'atelier concerné :



PAYS DE L'AISNE

### CPIE des Pays de l'Aisne

33 rue des Victimes de Comportet  
02000 MERLIEUX-ET-FOUQUEROLLES

Tél. : 03.23.80.03.02

E-Mail : [contact@cpie-hautsdefrance.fr](mailto:contact@cpie-hautsdefrance.fr)

**Covid-19 :** Ces ateliers sont organisés et animés en respectant les gestes barrières. Merci de venir impérativement avec un masque et du gel hydroalcoolique.

IPNS - Ne pas jeter sur la voie publique



# (Gratuit)

## Ateliers

### Santé et environnement, apprendre à faire autrement !

Ménage, cosmétiques, alimentation...

## De septembre à novembre 2020

Dans les bibliothèques et médiathèques de l'Aisne

## Santé et environnement, apprendre à faire autrement !

Ménage, cosmétiques, alimentation...

Les substances chimiques synthétiques ont connu un tel essor ces 60 dernières années qu'elles sont désormais présentes partout dans notre quotidien : alimentation, cosmétiques, produits ménagers, décoration, peinture, jouets...

Mais aujourd'hui, l'heure est à la remise en question. De nombreux impacts néfastes pour notre santé ont été mis en évidence nous incitant à plus de précautions.

Nous vous proposons 16 ateliers pratiques et conviviaux mêlant théorie, échanges, recettes et fabrication pour :

- apprendre à être acteur de ses choix de consommation,
- éviter les produits problématiques pour la santé grâce à des conseils simples et pratiques,
- savoir quelles solutions adopter et mettre en œuvre pour un mode de vie plus sain.

### Comment nettoyer sans s'empoisonner ?

Comment bien choisir ses produits ménagers ? Quels ingrédients éviter ? A quels labels se fier ? Lors de cet atelier, vous apprendrez à préserver la qualité de l'air intérieur de votre maison et à fabriquer vos propres produits d'entretien.

**Samedi 05 septembre 2020 de 09h30 à 11h30 à Mons-en-Laonnois**

**Mercredi 23 septembre 2020 de 14h à 16h à Montescourt-Lizerolles**

**Vendredi 02 octobre 2020 de 14h à 16h à Folembray**

**Judi 08 octobre 2020 de 14h à 16h à Guise**

**Samedi 10 octobre 2020 de 09h30 à 11h30 à Corbeny**

### Dans les coulisses de notre alimentation...

Additifs, conservateurs, colorants, pesticides, plastiques etc... c'est quoi précisément ? Vous découvrirez comment manger sainement en évitant de nombreuses substances toxiques nocives pour la santé et vous réaliserez quelques recettes à déguster en fin d'atelier.

**Mercredi 16 septembre 2020 de 09h30 à 11h30 à Merlieux**

**Samedi 03 octobre 2020 de 09h30 à 11h30 à Mons-en-Laonnois**

### Couches, tampons, serviettes... levons le voile !

Indispensables au quotidien, ces objets sont pourtant loin d'être anodins. Comment et avec quoi sont-ils fabriqués ? Quels peuvent être les risques pour la santé ? Existe-t-il d'autres solutions plus saines et financièrement raisonnables ? Les trucs et astuces au quotidien et retours d'expériences.

**Mercredi 14 octobre 2020 de 09h30 à 11h30 à Merlieux**

### Bzzz.... laissons les ptits tranquilles !

Pucerons, cochenilles, puces, poux, microbes... et hop un coup de pschitt ! Mais de quoi sont faits ces produits ? Sont-ils moins dangereux que ceux utilisés en agriculture ? Vous découvrirez et fabriquerez des solutions alternatives pour repousser les bestioles et les plantes indésirables et désinfecter sa maison sans nuire à sa santé et son environnement.

**Mercredi 21 octobre 2020 de 09h30 à 11h30 à Tergnier**

### Le plastique... pas fantastique...

Ciel, eau, sol, alimentation... le monde est envahi de plastiques. Quels sont les risques pour la santé et l'environnement ? Comment apprendre à s'en passer grâce à la méthode des « 4R » ? Vous repartirez avec votre bee's wrap fait durant l'atelier et le plein d'idées et d'astuces pour dire adieu au plastique.

**Samedi 24 octobre 2020 de 14h30 à 16h30 à Château-Thierry**

**Samedi 14 novembre 2020 de 09h30 à 11h30 à Corbeny**

**Samedi 28 novembre 2020 de 14h à 16h à Guise**

### Les cosmétiques parfois ça pique !

Vous découvrirez que les produits d'hygiène et de toilette cachent parfois des surprises... A quoi servent-ils ? Quels ingrédients éviter ? Comment se méfier des faux-amis ? Vous fabriquerez des cosmétiques simples pour un usage quotidien et repartirez avec des conseils pour bien choisir vos produits.

**Mercredi 04 novembre 2020 de 14h à 16h à Montescourt-Lizerolles**

**Samedi 07 novembre 2020 de 09h30 à 11h30 à Corbeny**

**Dimanche 22 novembre 2020 de 14h à 16h à Merlieux**