

"Mon quotidien au naturel"

Des ateliers gratuits pour devenir éco-responsables



"Mon quotidien au naturel"

Le Plan Régional Santé Environnement Occitanie (PRSE3) de l'Agence Régionale de Santé Occitanie « vise à préserver et améliorer l'état de santé de la population en agissant sur les conditions de vie, les pratiques et la qualité des milieux ».

C'est dans ce cadre que le CPIE Pays Gersois a répondu à un appel à projets pour organiser des animations, en partenariat avec la MGEN et la Préfecture de région Occitanie. L'association environnementale vous propose ainsi de participer au projet « Mon quotidien au naturel » : **quatre ateliers gratuits en faveur d'alternatives naturelles**, éco-responsables et peu coûteuses, à Mirande.

Le premier atelier, « Mon assiette santé », aura lieu le **samedi 30 mars de 9 h à 12 h**, lors des Portes Ouvertes du Lycée agricole de Mirande. Ouverte à tous, cette animation fera découvrir le rôle de consom'acteur. Toutes les astuces pour consommer mieux... calendrier des fruits et légumes de saison, décryptage d'étiquettes (additifs, colorants et provenance des produits)... Pour mieux comprendre la composition de vos assiettes.

Le **samedi 13 avril de 10 h à 12 h**, rendez-vous au CPIE Pays Gersois, 16 rue Delort à Mirande avec l'atelier « Mes recettes beauté maison ». Que contiennent vos cosmétiques ? Perturbateurs endocriniens, allergisants ou produits polluants sont souvent présents. Découvrez les solutions alternatives et les ingrédients naturels à utiliser pour réaliser vos propres cosmétiques maison.

Ensuite, venez échanger trucs et astuces pour un jardin sans produits phytosanitaires avec « Mon jardin zéro phyto », le **samedi 25 mai de 10 h à 12 h** au CPIE Pays Gersois. Accueillez la biodiversité et les auxiliaires du potager qui se cachent tout autour de vous pour des plantations saines et naturelles !

Enfin, découvrez la composition de vos produits ménagers ainsi que leur impact sur votre santé et sur l'environnement lors de l'activité « Mes produits ménagers écolo' », le **samedi 15 juin de 14 h à 16 h** au CPIE Pays Gersois. Avec les produits éco-labellisés et la fabrication maison, il existe des solutions : venez tester quatre recettes naturelles que vous pourrez facilement refaire chez vous !

Pour vous inscrire à un ou plusieurs ateliers, contactez le CPIE Pays Gersois : 05 62 66 85 77 – animation@cpie32.org

Mon quotidien au naturel

Ateliers, trucs et astuces faciles pour voir la vie en vert !



Le Plan Régional Santé Environnement Occitanie (PRSE3) "vise à préserver et améliorer l'état de santé de la population en agissant sur les conditions de vie, les pratiques et la qualité des milieux".

C'est dans ce cadre que l'association environnementale mirandaïse CPIE Pays Gersois vous propose de participer à des ateliers en faveur d'alternatives naturelles, éco-responsables et peu coûteuses.



**4 animations
à Mirande
de mars à juin**
organisées par le CPIE Pays Gersois
gratuites !



Bulletin d'inscription

Inscription par courriel / téléphone ou par bulletin à remettre au CPIE Pays Gersois.

CPIE PAYS GERSOIS
16 rue Delort - 32300 Mirande
05 62 66 85 77
animation@cpie32.org

www.cpie32.org



Mon assiette santé

Samedi 30 mars / 9h-12h
Lycée agricole de Mirande
Journée Portes Ouvertes

Devenez consomm'acteur ! Retrouvez toutes les astuces pour consommer mieux... calendrier des fruits et légumes de saison, décryptage d'étiquettes (additifs, colorants et provenance des produits)... venez mieux comprendre la composition de vos assiettes.

Mes recettes beauté maison

Samedi 13 avril / 10h-12h
au CPIE Pays Gersois
16 rue Delort

Que contiennent vos cosmétiques ? Perturbateurs endocriniens, allergisants ou produits polluants sont souvent présents. Découvrez les solutions alternatives et les ingrédients naturels à utiliser pour réaliser vos propres cosmétiques maison.

Mon jardin zéro phyto

Samedi 25 mai / 10h-12h
au CPIE Pays Gersois
16 rue Delort

Un jardin sans produits phytosanitaires, c'est possible ! Accueillez la biodiversité et les auxiliaires du potager qui se cachent tout autour de vous pour des plantations saines et naturelles.

Mes produits ménagers écolo'

Samedi 15 juin / 14h-16h
au CPIE Pays Gersois
16 rue Delort

Découvrez la composition de vos produits ménagers ainsi que leur impact sur votre santé et sur l'environnement... mais avec les produits éco-labellisés et la fabrication maison, il existe des solutions ! Venez tester quatre recettes naturelles que vous pourrez facilement refaire chez vous !



Nom :

Prénom :

Tél :

Courriel :

Je m'inscris à :

- Mon assiette santé, le 30/03
- Mes recettes beauté maison, le 13/04
- Mon jardin zéro phyto, le 25/05
- Mes produits ménagers écolo', le 15/06