

2<sup>ème</sup>  
édition

# JOURNÉE DU PARFAIT CONSOMMATEUR HABSHEIM

Samedi  
23/11  
9h-17h

Ateliers  
couture



Mode éco-  
responsable

Ateliers  
produits  
ménagers

Conseils et  
recettes  
anti-gaspi

Boutique  
éphémère  
gratuite

Conférence sur  
l'alimentation



ROTHÜS, SALLE JOHNNY HALLYDAY, ANCIENNE ÉCOLE DU CENTRE



LE RELAIS EST  
SOLIDAIRE & local.

SI  
VO  
M



REPUBLIQUE FRANÇAISE  
DÉPARTEMENT DU HAUT-RHIN  
COMMUNE DE HABSHEIM

# # LES ATELIERS

Salle  
Johnny  
Hallyday

## Inscrivez-vous aux ateliers !

Attention places limitées !

Les ateliers sont gratuits. Atelier au choix, sur inscription avant le 20 novembre à :  
(en indiquant, nom, prénom, adresse, téléphone, choix de l'atelier et horaire)  
[c.merchat@mairie-habsheim.fr](mailto:c.merchat@mairie-habsheim.fr)



## COUTURE

Par Francine, Pasqualine, Fabienne, Irène

### 10h ATELIER PORTE-TARTE #1

Fabriquer un porte-tarte ultra-pratique.

### 11h ATELIER MANIQUES #2

Confectionner de superbes maniques pour ne plus se brûler.

### 14h ATELIER COUVERCLES #3

Réaliser des couvercles en tissu pour tous vos bocaux ou récipients.

### 15h30 ATELIER ENFANTS #4

Les enfants adoreront s'essayer aux motifs à tisser, créer des pompons...

## ENTRETIEN DE LA MAISON AU NATUREL

Par Stéphanie, épicerie vrac Le Bon Vieux Pot (Habsheim)



### 10h ATELIER ENTRETIEN DE LA CUISINE #1

Réaliser des tablettes lave-vaisselle, une pierre d'argile et un dégraissant, découvrir un excellent pain vaisselle et en connaître davantage sur les propriétés de chaque ingrédient !

*Matériel à apporter : bol, fourchette, cuillère, maryse, balance de cuisine, 1 bocal à large ouverture (type terrine), un bac à glaçons, un flacon spray.*

### 11h ATELIER SALLE DE BAIN ET CANALISATIONS #2

Venir à bout des saletés avec des ingrédients naturels et écologiques.

*Matériel à apporter : bol, fourchette, cuillère, maryse, balance de cuisine, 2 bocaux à large ouverture (type terrine).*

### 14h ATELIER SOIN DU LINGE AU NATUREL #3

Apprendre à réaliser facilement sa lessive, découvrir comment assouplir et détacher son linge et faire le plein d'astuces sur les différents ingrédients utilisés.

*Matériel à apporter : saladier, fouet, bouteille 1L, balance de cuisine, entonnoir.*

# # LES ANIMATIONS

De 9h à 17h (sans interruption)



## Couture - Salle Johnny Hallyday

Profitez du savoir-faire des couturières qui vous apprendront les bases de la couture.

## Découvrir le vrac - Salle Johnny Hallyday

Stéphanie, de l'épicerie vrac Le Bon Vieux Pot, vous expliquera les avantages du vrac (choix de la quantité achetée, réduction du gaspillage alimentaire...).

## Le Sivom - Salle Johnny Hallyday

Des animations ludiques et pédagogiques autour des déchets : roue de la fortune, circuit des déchets, ateliers info tri ...

## Qu'est-ce qu'on mange ce soir ? - Salle Johnny Hallyday

Ophélie et Josiane Bottin répondront à cette épineuse question en vous donnant des astuces pour réduire votre budget courses et élaborer des menus savoureux en un clin d'œil.

## Le Relais Est et Terra Alter Est - Au Rothüs

Le Relais Est vous apprendra à réaliser des emballages à base de cire d'abeille, et vous délivrera tout son savoir sur la mode éco-responsable.

Terra Alter Est, «légumerie» créée par des entrepreneurs sociaux, fera déguster ses produits et présentera un jeu de reconnaissance des légumes.

Un **Quizz** avec des lots à gagner permettra de tester vos connaissances !

# # CONFÉRENCE

Au  
Rothüs



## 15h L'histoire du gras dans notre alimentation

Par Céline Portal - Attention places limitées - Sans inscription

Le débat entre le «bon gras» et «mauvais gras» fait rage depuis des années. Et tous, nous croyons savoir a priori quelles sont ces bonnes et mauvaises graisses. Quels sont les travaux et les études récentes sur le sujet ? Doit-on avoir peur du cholestérol ? Le gras bouche-t-il nos artères ? Quels sont les enjeux industriels qui se cachent derrière ? Découvrez la grande épopée du « gras » dans notre alimentation !

Céline Portal, formatrice en éco-consommation, intervient aussi dans le domaine de l'alimentation. Elle s'est formée en aromathérapie, en chimie, en cosmétiques naturels, en nutrition, en santé environnementale et en sciences humaines. Retrouvez-la sur son blog : [vieveerte.fr](http://vieveerte.fr).

## # LA BOUTIQUE

Ancienne  
école  
du centre

Il s'agit d'une boutique éphémère de seconde main. Vous pourrez trouver du linge de maison, des vêtements, des objets en tout genre, des articles de décoration, de petits meubles...  
N'hésitez pas, TOUT EST GRATUIT !

Vous pouvez donner vos articles (propres et en bon état) les 6, 9, 13 et 16 novembre, les mercredis de 16 h à 19 h et les samedis de 9 h 30 à 12 h, à l'ancienne école du centre.

*Dans l'ancienne école du centre (derrière la mairie).  
Ouverture de la boutique de 9 h à 17 h (en continu).*



## # LES LIEUX



## CONTACT

Corinne Merchat  
c.merchat@mairie-habsheim.fr  
03 89 44 98 95