



HAUT-DOUBS



# Catalogue Animations « Faire soi même » 2025

[WWW.CPIEHAUTDOUBS.ORG](http://WWW.CPIEHAUTDOUBS.ORG)

## Table des matières

<b>THÉMATIQUE 1 : GASPILLAGE ALIMENTAIRE</b>	<b>4</b>
➤ ATELIER 1.1 : UN GOÛTER PRESQUE PARFAIT	4
➤ ATELIER 1.2 : APÉRO ZÉRO GASPI	4
➤ ATELIER 1.3 : CONSERVER SES ALIMENTS SANS FRIGO : SES PRODUITS DU JARDIN ET DU VERGER	5
➤ ATELIER 1.4 : DES FRIANDISES RESPONSABLES POUR NOS COMPAGNONS À QUATRE PATTES	5
<b>THÉMATIQUE 2 : COSMÉTIQUES ET PRODUITS D'HYGIÈNE</b>	<b>6</b>
➤ ATELIER 2.1 : RÉALISER SON DÉODORANT ET SON DENTIFRICE	6
➤ ATELIER 2.2 : RÉALISER SES PRODUITS SOLIDES POUR LE CORPS	6
➤ ATELIER 2.3 : CONFECTIONNER SA BOUGIE DE MASSAGE	7
➤ ATELIER 2.4 : CONFECTIONNER SON GOMMAGE NATUREL	7
➤ ATELIER 2.5 : MAQUILLAGE AU NATUREL	8
➤ ATELIER 2.6 : LES INDISPENSABLES « BEAUTÉ »	8
➤ ATELIER 2.7 : « LA BEAUTÉ AU MASCULIN »	9
<b>THÉMATIQUE 3 : PRODUITS MÉNAGERS</b>	<b>10</b>
➤ ATELIER 3.1 : FABRICATION - ÉPONGE 100 % RÉCUP	10
➤ ATELIER 3.2 : FABRICATION D'UNE LESSIVE ALTERNATIVE À LA LESSIVE CLASSIQUE	10
➤ ATELIER 3.3 : FABRICATION DE PASTILLES LAVE-VAISSELLE ET DE LIQUIDE VAISSELLE	11
➤ ATELIER 3.4 : LES INDISPENSABLES DU « MÉNAGE »	11
<b>THÉMATIQUE 4 : FAIRE SOI-MÊME : COUTURE RÉCUP'</b>	<b>12</b>
➤ ATELIER 4.1 : FABRICATION DE LINGETTES	12
➤ ATELIER 4.2 : RÉALISATION D'ESSUIE TOUT LAVABLE	12
➤ ATELIER 4.3 : CONFECTIONNER ET DÉCORER SES TORCHONS DE VAISSELLE	13
➤ ATELIER 4.4 : FABRIQUER SES ACCESSOIRES POUR CHEVEUX	13
<b>THÉMATIQUE 5 : CONSOMMATION ZÉRO DÉCHETS</b>	<b>14</b>
➤ ATELIER 5.1 : FABRIQUER SON FILM ALIMENTAIRE LAVABLE	14
➤ ATELIER 5.2 : PÂTES CRÉATIVES EN TOUT GENRE	14
➤ ATELIER 5.3 : L'UNIVERS DE LA FEMME EN MODE ZÉRO DÉCHET, POURQUOI PAS MOI ?	15
<b>THÉMATIQUE 6 : CRÉATION OBJETS EN RÉCUP</b>	<b>16</b>
➤ ATELIER 6.1 : RÉALISER SOI-MÊME SES DÉCORATIONS POUR LES FÊTES *	16
RÉSUMÉ :	16
➤ ATELIER 6.2 : RÉALISER SON MOBILE 100% RÉCUP	16
➤ ATELIER 6.3 : RÉALISER SON ACCESSOIRE MODE AVEC UNE CHAMBRE À AIR OU DES CAPSULES DE CAFÉ	17
➤ ATELIER 6.4 : CRÉER SON CADRE ORIGINAL EN CARTON !	17

- **ATELIER 6.5 : CRÉEZ DES ŒUVRES UNIQUES AVEC DES AUTOCOLLANTS\* EN TISSU/PAPIER ET DE LA GRAVURE SUR TÉTRA PACK !** **18**
- **ATELIER 6.6 : VALORISER SES LIVRES USAGÉS** **18**
- **ATELIER 6.7 : FABRIQUER UN LIVRE D'ÉVEIL POUR LES TOUS PETITS** **19**
- **ATELIER 6.8 : FABRICATION DE JEUX STIMULANT ET ÉCO-RESPONSABLES POUR NOS ANIMAUX DE COMPAGNIE** **19**

## **THÉMATIQUE 7 : JARDIN ZÉRO DÉCHETS** **20**

---

- **ATELIER 7.1 : « CRÉER SES ÉLÉMENTS DE DÉCO POUR SON JARDIN »** **20**
- **ATELIER 7.2 : CRÉER SON GÎTE À INSECTE - 100% RÉCUP** **20**
- **ATELIER 7.3 : FABRIQUER DU PAPIER ENSEMENCÉ** **21**
- **ATELIER 7.4 : FABRIQUER SON OYAS !** **21**

## **THÉMATIQUE 8 : REPAR'ACTEURS** **22**

---

- **ATELIER 8.1 : RÉPARER SA FAÏENCE FAÇON KINTSUGI** **22**

## **THÉMATIQUE 9. AUTRES** **23**

---

- **ATELIER 9.1 : ESCAPE GAME « MINUIT MOINS CINQ AVANT LE BOULEVERSEMENT »** **23**
- **ATELIER 9.2 : ESCAPE GAME « CLÉMENT MASSIF ET LA CLÉ TEMPORELLE »** **24**
- **ATELIER 9.3 : RÉALISER SON CARNET EN PAPIER RÉCUP** **24**
- **ATELIER 9.4 : TEINTURES VÉGÉTALES** **25**
- **ATELIER 9.5 : À LA DÉCOUVERTE DU BOKASHI : UN COMPOST D'INTÉRIEUR ADAPTÉ À TOUS !** **25**

## Thématique 1 : GASPILLAGE ALIMENTAIRE

### ➤ Atelier 1.1 : Un goûter presque parfait

#### Résumé :

Prendre l'exemple du **goûter** pour décrypter différents modes de consommation : emballages, produits riches en additifs, fruits et légumes de saison, de produits locaux...

Évoquer le gaspillage alimentaire, présentation de solutions pour moins gaspiller et consommer différemment.

Cuisiner des restes de repas, des plantes sauvages (orties, fleurs...), fabriquer du pain perdu et déguster.



#### Objectifs généraux :

- Connaître des moyens qui permettent d'éviter le gaspillage alimentaire.
- Savoir comment préparer un goûter en accommodant les restes de repas, les épluchures, utiliser des plantes sauvages, limiter les produits avec des additifs et des produits transformés....

**Type d'intervention** : Stand ou Atelier

### ➤ Atelier 1.2 : Apéro Zéro Gaspi

#### Réalisation d'un pesto de fanes de radis, de beignets de fanes de carottes et de muffins aux peaux de bananes »

#### Résumé :

Prendre l'exemple d'un apéro dinatoire pour discuter des modes de consommation : emballages, produits riches en additifs, fruits et légumes de saison, de produits locaux...

Découvrir des idées, outils et méthodes pour réduire son gaspillage alimentaire et notamment faire soi-même certains produits.

Cuisiner les épluchures de légumes et de fruits et déguster.



#### Objectifs généraux :

- Connaître des moyens qui permettent d'éviter le gaspillage alimentaire.
- Savoir comment accommoder les restes de repas, les épluchures, utiliser des plantes sauvages...
- Cuisiner ensemble et déguster

**Type d'intervention** : Stand ou Atelier

## ➤ Atelier 1.3 : Conserver ses aliments sans frigo : ses produits du jardin et du verger

**Résumé :** Temps d'échange autour des avantages et inconvénient du réfrigérateur et comment faire autrement. Les participants pourront découvrir différentes techniques de conservation et en tester quelques-unes.



### Objectifs généraux :

- Découvrir des ambiances de conservation courte et longue et les aspects climactériques des aliments.
- Identifier les techniques à privilégier selon les habitudes de vie et les types de fruits et légumes.
- Connaitre des trucs et astuces sur les techniques de conservation.
- Comprendre l'intérêt de conserver ses produits (limiter le gaspillage alimentaire, privilégier une alimentation saine...).



**Type d'intervention :** Stand

## ➤ Atelier 1.4 : Des friandises responsables pour nos compagnons à quatre pattes

### Résumé :

Comprendre l'impact environnementale de nos animaux de compagnie. Évoquer la production de déchets et la composition des aliments pour animaux.

Apporter des solutions et des propositions de recettes de friandises maison à partir d'aliments délaissés (épluchures, abats, carcasses...)

### Objectifs généraux :

- Connaître des moyens qui permettent d'éviter le gaspillage alimentaire.
- Savoir comment préparer des friandises pour animaux en utilisant les épluchures de légumes ou de fruits et en utilisant les restes de viandes ou de poissons.



**Type d'intervention :** Stand ou Atelier

## Thématique 2 : COSMÉTIQUES ET PRODUITS D'HYGIÈNE

### ➤ Atelier 2.1 : Réaliser son déodorant et son dentifrice

#### Résumé :

- Réflexion sur l'impact de la fabrication des cosmétiques sur l'environnement (consommation d'eau et de plastique, composition)
- Lecture de différentes étiquettes pour s'apercevoir que l'on ne sait pas réellement ce qui se trouve à l'intérieur
- Confection d'un baume à lèvres et/ ou d'un déodorant et/ou d'un dentifrice



#### Objectifs généraux :

- Connaître l'impact des cosmétiques industriels sur notre peau et sur l'environnement
- Connaître les bénéfices des huiles végétales pour savoir celle que je choisis
- Savoir fabriquer un baume à lèvres et/ou un déodorant et/ou un dentifrice

Type d'intervention : Atelier

### ➤ Atelier 2.2 : Réaliser ses produits solides pour le corps

#### Résumé :

Réflexion sur l'impact de la fabrication des produits d'hygiène et de soins sur l'environnement (consommation d'eau et de plastique, composition).

Lecture de différentes étiquettes pour s'apercevoir que l'on ne sait pas réellement ce qui se trouve à l'intérieur.

Confection d'une barre hydratante.



#### Objectifs généraux :

- Connaître l'impact des produits d'hygiène industriels sur notre peau et sur l'environnement
- Découvrir ce que sont les perturbateurs endocriniens.
- Connaître les bénéfices des huiles végétales pour savoir les plus appropriées.
- Savoir fabriquer facilement une barre hydratante et un baume à lèvres.

Type d'intervention : Atelier

### ➤ Atelier 2.3 : Confectionner sa bougie de massage

#### Résumé :

Place au cocooning avec une bougie de massage

- Lecture de différentes étiquettes pour s'apercevoir que l'on ne sait pas réellement ce qui se trouve à l'intérieur
- Confection d'une bougie de massage

#### Objectifs généraux :

- Connaître l'impact des produits industriels sur notre peau et sur l'environnement
- Découvrir ce que sont les perturbateurs endocriniens
- Découvrir les différentes cires et leur particularité
- Savoir fabriquer une bougie et faire de la récupération pour le contenant



**Type d'intervention :** Stand ou Atelier

### ➤ Atelier 2.4 : Confectionner son gommage naturel

#### Résumé :

Réflexion sur l'impact de la fabrication des cosmétiques sur l'environnement (consommation d'eau et de plastique, composition).

Lecture de différentes étiquettes pour s'apercevoir que l'on ne sait pas réellement ce qui se trouve à l'intérieur.  
Confection d'un gommage au sucre ou au marc de café.



#### Objectifs généraux :

- Connaître l'impact des cosmétiques industriels sur notre peau et sur l'environnement.
- Connaître les bénéfices du gommage sur notre peau.
- Savoir fabriquer un gommage.

**Type d'intervention :** Stand ou Atelier

## ➤ Atelier 2.5 : Maquillage au naturel

### Résumé :

Réflexion sur l'impact de la fabrication des maquillages sur l'environnement (consommation d'eau et de plastique, composition).  
Lecture de différentes étiquettes pour s'apercevoir que l'on ne sait pas réellement ce qui se trouve à l'intérieur.  
Confection d'un rouge à lèvres et/ ou d'une eau micellaire et/ou d'un vernis à ongle.



### Objectifs généraux :

- Connaître l'impact des maquillages industriels sur notre peau et sur l'environnement
- Découvrir ce que sont les perturbateurs endocriniens
- Connaître les bénéfices des huiles végétales pour savoir les plus appropriées
- Découvrir les pigments naturels
- Savoir fabriquer facilement un rouge à lèvres et/ou une eau micellaire et/ou un vernis à ongle

**Type d'intervention :** Atelier

## ➤ Atelier 2.6 : Les indispensables « Beauté »

### Résumé :

Réflexion sur l'impact de la fabrication des cosmétiques sur l'environnement (consommation d'eau et de plastique, composition)  
Lecture de différentes étiquettes pour s'apercevoir que l'on ne sait pas réellement ce qui se trouve à l'intérieur  
Présentation de produits basiques naturels pouvant jouer le rôle de nombreux cosmétiques (huiles, poudres minérales, beurres...)



### Objectifs généraux :

- Connaître l'impact des cocktails de cosmétiques sur notre peau.
- Réduire le nombre de produits et d'ingrédients que l'on met sur notre peau.
- Présenter une liste minimaliste d'ingrédients multi usages pour réduire notre consommation de cosmétiques.

**Type d'intervention :** Stand ou Atelier

## ➤ Atelier 2.7 : « La beauté au masculin »

### Résumé :

La cosmétique masculine dans l'air du temps ! Découvrez comment réaliser des produits sur-mesure pour la peau, les cheveux et la barbe : naturels, efficaces et faciles à utiliser. Prenez soin de vous, simplement et avec style. Adoptez une routine qui fait la différence !



### Objectifs généraux :

- Connaître l'impact des maquillages industriels sur notre peau et sur l'environnement
- Découvrir ce que sont les perturbateurs endocriniens
- Connaître les bénéfices des huiles végétales pour savoir les plus appropriées
- Réduire le nombre de produits et d'ingrédients que l'on met sur notre peau.
- Savoir fabriquer facilement une huile de barbe, une mousse à raser ou un gel coiffant

**Type d'intervention** : Stand ou Atelier

## Thématique 3 : PRODUITS MÉNAGERS

### ➤ Atelier 3.1 : Fabrication - Éponge 100 % Récup

#### Résumé :

« Bricoler, découper, tisser, créer... vous animent ? Venez découvrir comment réaliser une éponge 100 % Récup, ZERO DECHET, avec des chaussettes ! Dans notre région, au climat froid, nous avons tous dans nos placards de vieilles chaussettes ou collants en laine. Astuces pour réduire ses déchets et redonner une seconde vie aux oubliés de nos placards, tout un programme ! Consommer autrement : récupérer, recycler, réparer, réutiliser, créer, c'est possible !



#### Objectifs généraux :

- Questionner sur l'impact des modes de consommation actuels sur l'environnement
- Prendre conscience du bénéfice du réemploi des objets et des matières
- Promouvoir les différentes alternatives en tissu lavable
- Faire connaître les produits ménagers plus respectueux de l'environnement
- Développer la pratique, l'expérimentation, la créativité
- Valoriser le processus de création

**Type d'intervention :** Stand ou Atelier

### ➤ Atelier 3.2 : Fabrication d'une lessive alternative à la lessive classique

#### Résumé :

Un atelier pour connaître les risques des produits ménagers toxiques, découvrir quels ingrédients avoir chez soi pour faire un ménage au naturel, leurs propriétés et comment les utiliser. Fabrication d'une lessive (à la cendre et/ou au lierre et/ou à la saponaire et/ou au savon de Marseille et/ou avec des produits naturels) avec laquelle il reparte. C'est facile, économique, c'est ludique, créatif et c'est bon pour la planète ! »

#### Objectifs généraux :

- Comprendre les risques liés à l'utilisation de produits ménagers « classiques ».
- Connaître les produits naturels à avoir chez soi.
- Fabriquer un produit naturel



**En plus :** Distribution du flyer « Fabriquer sa lessive au naturel ! » (Conception : CPIE du Haut-Doubs)

**Type d'intervention :** Stand ou Atelier

### ➤ Atelier 3.3 : Fabrication de pastilles Lave-vaisselle et de liquide vaisselle

#### Résumé :

Un atelier pour connaître les risques des produits ménagers, découvrir quels ingrédients avoir chez soi pour faire un ménage au naturel, leurs propriétés et comment les utiliser.

Fabrication de pastilles pour le lave-vaisselle. C'est facile, économique et c'est bon pour la planète ! »



#### Objectifs généraux :

- Accompagner l'habitant/citoyen dans le changement de modes de consommation.
- Comprendre les risques liés à l'utilisation de produits ménagers « classiques ».
- Connaître les produits naturels à avoir chez soi.
- Fabriquer un produit naturel

Type d'intervention : Atelier

### ➤ Atelier 3.4 : Les indispensables du « Ménage »

#### Résumé :

Un atelier pour connaître les risques et les impacts des produits ménagers et de leurs emballages. Découvrir quelques ingrédients à avoir chez soi pour un ménage au naturel. Connaître leurs propriétés et comment les utiliser.



#### Objectifs généraux :

- Accompagner le citoyen dans le changement de modes de consommation.
- Comprendre les risques liés à l'utilisation de produits ménagers « classiques ».
- Connaître les produits naturels et multiusages à avoir chez soi.

Type d'intervention : Stand

### ➤ Atelier 4.1 : Fabrication de lingettes

#### Résumé :

« Vous aimez chiner, transformer, créer ? »

Venez découvrir comment réaliser des lingettes, 100% RECUP ZÉRO DECHET ! Dans notre région, les vieilles fermes, vides greniers recèlent de vieux draps et torchons. À la maison aussi, torchons, serviettes et draps usés dorment dans nos placards.

Alors trions, récupérons, recyclons, réparons, créons. C'est facile, économique, ludique, créatif et c'est bon pour la planète ! »

#### Objectifs généraux :

- Accompagner l'habitant/citoyen dans le changement de modes de consommation.
- Sensibiliser au réemploi des matières et des objets.
- Porter à la connaissance du public les trucs et astuces respectueux de l'environnement.
- Développer la pratique, l'expérimentation, la créativité
- Nouvelle forme de consommation (faire soi-même...)



**Type d'intervention :** Atelier

### ➤ Atelier 4.2 : Réalisation d'essuie tout lavable

#### Résumé :

« Vous aimez chiner, transformer, créer ? »

Venez découvrir comment réaliser son essuie-main lavable 100% RECUP ZÉRO DECHET ! Dans notre région, les vieilles fermes, vides greniers recèlent de vieux draps et torchons. À la maison aussi, torchons, serviettes et draps usés dorment dans nos placards.

Alors trions, récupérons, recyclons, réparons, créons. C'est facile, économique, ludique, créatif et c'est bon pour la planète ! »

#### Objectifs généraux :

- Accompagner l'habitant/citoyen dans le changement de modes de consommation.
- Sensibiliser au réemploi des matières et des objets.
- Porter à la connaissance du public les trucs et astuces respectueux de l'environnement.
- Développer la pratique, l'expérimentation, la créativité
- Nouvelle forme de consommation (faire soi-même, ...)



**Type d'intervention :** Atelier

### ➤ Atelier 4.3 : Confectionner et décorer ses torchons de vaisselle

#### Résumé :

« Vous aimez chiner, transformer, créer ? »

Venez découvrir comment réaliser et décorer des torchons, 100% RECUP ZÉRO DECHET !

Dans notre région, les vieilles fermes, vides greniers recèlent de vieux draps, peut-être même qu'il y en a qui dorment dans vos placards. Des tampons, du fil et un peu d'imagination et vos torchons seront uniques. Alors trions, récupérons, recyclons, réparons, créons. C'est facile, économique, ludique, créatif et c'est bon pour la planète !



#### Objectifs généraux :

- Accompagner l'habitant/citoyen dans le changement de modes de consommation.
- Sensibiliser au réemploi des matières et des objets.
- Porter à la connaissance du public les trucs et astuces respectueux de l'environnement.
- Développer la pratique, l'expérimentation, la créativité
- Nouvelle forme de consommation (faire soi-même, ...)

**Type d'intervention :** Atelier

### ➤ Atelier 4.4 : Fabriquer ses accessoires pour cheveux

#### Résumé :

Vous aimez dénicher, transformer et créer ?

Découvrez comment concevoir des accessoires pour cheveux entièrement réalisés à partir de matériaux de récupération, pour un résultat 100 % RÉCUP et ZÉRO DÉCHET !

Recyclons, réparons, imaginons et créons ensemble.  
Une démarche facile, économique, ludique et pleine de créativité... tout en préservant notre planète !



#### Objectifs généraux :

- Accompagner l'habitant/citoyen dans le changement de modes de consommation.
- Sensibiliser au réemploi des matières et des objets.
- Porter à la connaissance du public les trucs et astuces respectueux de l'environnement.
- Développer la pratique, l'expérimentation, la créativité
- Nouvelle forme de consommation (faire soi-même, ...)

**Type d'intervention :** Atelier

## Thématique 5 : CONSOMMATION ZÉRO DÉCHETS

### ➤ Atelier 5.1 : Fabriquer son film alimentaire lavable

#### Résumé :

Réflexion sur l'impact des emballages en tout genre et notamment sur la quantité de déchets engendrés.

Présentation et tests de différentes alternatives au jetable (film alimentaire réutilisable, éponge tawashi, lingettes réutilisables, essuie-main réutilisable, couches...).

Confection d'un film alimentaire réutilisable (bee's wax wrap).

#### Objectifs généraux :

- Connaître l'impact des lingettes et autres produits jetables sur l'environnement et sur la quantité de déchets engendrés.
- Connaître les usages et les techniques de fabrication de différentes alternatives textiles.
- Savoir fabriquer un film alimentaire réutilisable.

Type d'intervention : Stand ou Atelier



### ➤ Atelier 5.2 : Pâtes créatives en tout genre

#### Résumé :

L'animateur présentera des recettes de pâtes (à modeler, à sol, à sable, à colle...) faciles à fabriquer avec des ingrédients du quotidien (farine, sucre, maïzena, œufs, colorants alimentaires...). Les enfants fabriqueront les pâtes et les utiliseront durant l'animation pour décorer, jouer, fabriquer des choses en lien avec la nature...

#### Objectifs généraux :

- Connaître l'impact des lingettes et autres produits jetables sur l'environnement et sur la quantité de déchets engendrés.
- Connaître les usages et les techniques de fabrication de différentes alternatives textiles.
- Savoir fabriquer un film alimentaire réutilisable.

Type d'intervention : Atelier



## ➤ Atelier 5.3 : L'univers de la femme en mode zéro déchet, pourquoi pas moi ?

### Résumé :

Un atelier d'échange et de pratique sur les alternatives possibles pour les produits d'hygiène intime féminins (lingettes, culottes menstruelles, mooncup...) afin de limiter les déchets et le contact avec des produits susceptibles de contenir des perturbateurs endocriniens. Nous pourrions présenter et échanger également sur les différents possibles pour les cosmétiques, les achats de vêtements et d'accessoires...



**Lieux** : à l'intérieur en salle (atelier ou conférence)

### Objectifs généraux :

- Présenter des alternatives au tout jetable en matière de produits d'hygiène intime
- Apporter des informations sur la santé-environnement en lien avec la notion de perturbateurs endocriniens qui sont présents dans les produits de consommation.
- Échanger sur les trucs et astuces ; les avantages et contraintes de ces pratiques.

**Type d'intervention** : Stand

**Public** : Mission Locale, Maison de Santé

## Thématique 6 : CRÉATION OBJETS EN RÉCUP

### ➤ Atelier 6.1 : Réaliser soi-même ses décorations pour les fêtes \*

\* que ce soit Noël, Pâques ou même Halloween

#### Résumé :

« Nos placards et nos greniers regorgent de petits trésors qui finissent souvent à la poubelle... Réutilisons nos vieux objets, nos déchets... et donnons-leur une deuxième vie ! Nous utiliserons des chutes de tissu, bouton, carton, bois, bouchon, vieux livres... »



#### Objectifs généraux :

- Réduire ses déchets.
- Sensibiliser le public à la réutilisation de la matière lors de la création d'œuvres artistiques.
- Laisser libre cours à son imagination.
- Manipuler des matières, couleurs et formes de déchets réutilisables dans des créations artistiques.
- Acquérir des trucs et astuces pour assembler des déchets afin de réaliser des compositions (collage, assemblage, découpage...).



**Type d'intervention :** Atelier

### ➤ Atelier 6.2 : Réaliser son mobile 100% récup

#### Résumé :

« Nos placards et nos greniers regorgent de petits trésors qui finissent souvent à la poubelle...

Réutilisons nos vieux objets, nos déchets... et donnons-leur une deuxième vie ! Nous utiliserons des chutes de tissu, bouton, carton, bois, bouchon, vieux livres... »

Après avoir observé différents objets réalisés avec des matériaux de récupération, nous passerons à un temps créatif où chaque participant peut faire un projet personnalisé.

#### Objectifs généraux :

- Réduire ses déchets.
- Sensibiliser le public à la réutilisation de la matière lors de la création d'œuvres artistiques.
- Laisser libre cours à son imagination.
- Manipuler des matières, couleurs et formes de déchets réutilisables dans des créations artistiques.
- Acquérir des trucs et astuces pour assembler des déchets afin de réaliser des compositions (collage, assemblage, découpage...).



**Type d'intervention :** Atelier

### ➤ Atelier 6.3 : Réaliser son accessoire mode avec une chambre à air ou des capsules de café

#### Résumé :

Agrémentez vos tenues avec quelques accessoires de mode faits maison (boucle d'oreilles, bracelet, pochette...) à partir de chambre à air ou de capsule ! Les participants pourront ramener si c'est possible des **capsules de café ou de vieilles chambre à air**.



#### Objectifs généraux :

- Réduire ses déchets.
- Sensibiliser le public sur la valorisation et le réemploi des déchets à travers des ateliers créatifs.
- Laisser libre cours à son imagination.
- Manipuler des matières, couleurs et formes de déchets réutilisables dans des créations artistiques.
- Acquérir des trucs et astuces pour assembler des déchets afin de réaliser des compositions (collage, assemblage, découpage...).

**Type d'intervention :** Atelier

### ➤ Atelier 6.4 : Créer son cadre original en carton !

#### Résumé :

« Nos placards et nos greniers regorgent de petits trésors qui finissent souvent à la poubelle... Réutilisons nos vieux objets, nos déchets... et donnons-leur une deuxième vie ! Nous utiliserons des rouleaux de papiers toilettes et du carton cranté ... »

Après avoir observé différents objets réalisés avec des matériaux de récupération, nous passerons à un temps créatif où chaque participant pourra faire un projet personnalisé (exemple : miroir, cadre photos ou boîtes). Les participants devront si possible ramener leur récup de papier toilette et de vieux cartons.



#### Objectifs généraux :

- Réduire ses déchets.
- Sensibiliser le public à la réutilisation de la matière lors de la création d'œuvres artistiques, laisser libre cours à son imagination.
- Manipuler des matières, couleurs et formes de déchets réutilisables dans des créations artistiques.
- Acquérir des trucs et astuces pour assembler des déchets afin de réaliser des compositions (collage, assemblage, découpage...).

**Type d'intervention :** Atelier

## ➤ Atelier 6.5 : Créez des œuvres uniques avec des autocollants\* en tissu/papier et de la gravure sur Tétra Pack !

### Résumé :

Transformez vos chutes de tissus ou de papier, même les plus petites, en rubans adhésifs décoratifs parfaits pour fermer un cadeau, embellir une page, fixer une image dans un journal ou un agenda.

Plongez ensuite dans l'art de la gravure avec des emballages recyclés comme les Tétra Pack. Faciles à découper et idéals pour débutants, ces matériaux permettent des gravures accessibles. Combinez les morceaux pour des impressions uniques, puis encrez et imprimez vos œuvres grâce à une machine à pâte ou une simple cuillère

*\*Rubans adhésifs colorés façon « washi tape »*



### Objectifs généraux :

- Réduire ses déchets.
- Sensibiliser le public sur la valorisation et le réemploi des déchets à travers des ateliers créatifs.
- Laisser libre cours à son imagination.
- Manipuler des matières, couleurs et formes de déchets réutilisables dans des créations artistiques.
- Acquérir des trucs et astuces pour assembler des déchets afin de réaliser des compositions (collage, assemblage, découpage...).

Type d'intervention : Atelier

## ➤ Atelier 6.6 : Valoriser ses livres usagés

### Résumé :

Nous avons tous chez nous d'anciens livres que personne ne lit. Certains peuvent encore voyager grâce aux boîtes à livres mais beaucoup finissent en déchèterie alors qu'ils pourraient eux aussi avoir une nouvelle vie.

Les livres dont le contenu est parfois obsolète peuvent devenir de nouveaux objets : boîte secrète, œuvres d'art, meubles... Les participants pourront donner libre cours à leur imagination pour recycler ces objets pleins de promesses.

### Objectifs généraux :

- Réduire ses déchets.
- Sensibiliser le public à la réutilisation de la matière lors de la création d'œuvres artistiques.
- Manipuler des matières, couleurs et formes de déchets réutilisables dans des créations artistiques.
- Acquérir des trucs et astuces pour assembler des déchets afin de réaliser des compositions (collage, assemblage, découpage...).

Type d'intervention : Atelier



## ➤ Atelier 6.7 : Fabriquer un livre d'éveil pour les tous petits

### Résumé :

« Nos placards et nos greniers regorgent de petits trésors qui finissent souvent à la poubelle...

Réutilisons nos vieux objets, nos déchets... et donnons-leur une deuxième vie ! Nous utiliserons des chutes de tissu, bouton, carton, bois, bouchon, vieux livres... »

Après avoir observé différents objets réalisés avec des matériaux de récupération, nous passerons à un temps créatif où chaque participant pour faire un projet personnalisé.

Créer un livre sensoriel 100 % récup' (ou encore panneau, un parcours, un jeu de memory)



### Objectifs généraux :

- Réduire ses déchets.
- Sensibiliser le public à la réutilisation de la matière lors de la création d'œuvres artistiques.
- Manipuler des matières, couleurs et formes de déchets réutilisables dans un jeu sensoriel ou d'activités pour les jeunes enfants.
- Acquérir des trucs et astuces pour assembler des déchets afin de réaliser des compositions (collage, assemblage, découpage...).

Type d'intervention : Atelier

## ➤ Atelier 6.8 : Fabrication de jeux stimulant et éco-responsables pour nos animaux de compagnie

### Résumé :

Par peur que nos compagnons s'ennuient en notre absence, nous achetons de nombreux jouets qu'ils délaissent souvent. Alors comment les amuser avec des objets déjà présents à la maison ? Créations à partir d'objets de récup : balles en tee-shirts...



### Objectifs généraux :

- Réduire ses déchets.
- Sensibiliser le public à la réutilisation de la matière lors de la réalisation d'un jeu d'enrichissement.
- Manipuler des matières, couleurs et formes de déchets réutilisables.
- Acquérir des trucs et astuces pour amuser ses animaux sans polluer.

Type d'intervention : Stand ou Atelier

### ➤ Atelier 7.1 : « Créer ses éléments de déco pour son jardin »

#### Résumé :

« Bricoler, démonter, construire vous animent ? Pratiquer la vannerie et apprenez à réaliser des bordures de jardin ou plessis, 100% naturel, ZERO DECHET ! Vous saurez tout sur la vannerie et l'art de tresser, identifier et reconnaître les végétaux qui permettent de pratiquer cet art.



**Récupérer, sélectionner vos branches, vos essences et créer de magnifique bordure en plessis !** Pour un style naturel au jardin, c'est ludique, créatif et c'est bon pour la planète ! »

#### Objectifs généraux :

- Réduire ses déchets.
- Réutiliser les tailles d'arbres du jardin
- Sensibiliser le public à la réutilisation de la matière lors de création en vannerie.
- Découvrir des plantes propres à la vannerie
- Apprendre à faire une bordure en plessis

**Type d'intervention :** Atelier

### ➤ Atelier 7.2 : Créer son gîte à insecte - 100% Récup

#### Résumé :

« Bricoler, démonter, construire vous animent ? Venez fabriquer ou découvrir la diversité des gîtes à insectes ou nichoirs, 100% naturel, ZERO DECHET !

Présentations des différents gîtes pouvant accueillir la biodiversité autour de chez nous. Impotence et rôle de ses petites bêtes et découvrir comment leur aménager un espace dans notre extérieur.



#### Objectifs généraux :

- Développer un sens critique sur l'action de réemploi des objets.
- Accompagner les participants à une réflexion sur la réduction des déchets.
- Acquérir des trucs et astuces.
- Réaliser un gîte à insecte avec une palette.

**Type d'intervention :** Stand ou Atelier

## ➤ Atelier 7.3 : Fabriquer du papier ensemencé

### Résumé :

Un atelier pour créer soi-même avec du papier de récup, comprendre le cycle de vie d'une matière. Les participants feront les différentes étapes (découpage du papier, trempage, mixage de la pâte à papier, tamisage, essorage, séchage. Nous utiliserons du papier recyclé et mettrons des graines à l'intérieur.

Les participants pourront ramener leur papier recyclé.

### Objectifs généraux :

- Développer sa créativité.
- Apprendre des techniques notamment celle de la fabrication de papier recyclé.
- Comprendre le cycle de vie d'une matière, l'écobilan d'un produit, le recyclage d'une matière
- Décorer son papier et mettre des graines



**Type d'intervention :** Stand ou Atelier

## ➤ Atelier 7.4 : Fabriquer son oyas !

### Résumé :

L'oyas est un pot en terre cuite que l'on enterre au jardin et qui sert de réserve d'eau pour les plantes environnantes. Grâce à la porosité de l'argile, l'eau se diffuse petit à petit et en continu : c'est une méthode d'irrigation ancestrale qui a fait ses preuves.

L'activité se déroule deux parties : un premier temps découvert de l'origine et du concept des oyas ainsi que des différentes techniques pour en fabriquer. Et un deuxième temps, manuel, où chaque participant pourra créer un oyas en apportant ses pots de récupération



### Objectifs généraux :

- Sensibiliser le public à la réduction de la consommation d'eau
- Créer un oyas avec des pots en terre de récupération
- Laisser libre cours à son imagination en décorant son oyas
- Développer la pratique, l'expérimentation, la créativité

**En plus :** Distribution du flyer « Fabriquer ses oyas ! » (Conception : CPIE du Haut-Doubs)

**Type d'intervention :** Atelier

### ➤ Atelier 8.1 : Réparer sa faïence façon kintsugi

#### Résumé :

Le Kintsugi est un art Japonais qui consiste à réparer une faïence avec de la laque et de l'or.

C'est l'art de la résilience ! On met en valeur les fissures de la porcelaine cassée en les réparant et en les soulignant pour en faire quelque chose encore plus beau.

Dans cet atelier, nous allons nous inspirer de cet art pour réparer nos objets en faïence ou en terre cuite et en faire de magnifiques objets décoratifs.



#### Objectifs généraux :

- Développer sa créativité.
- Récupérer un objet cassé et s'inspirer d'une technique japonaise pour réparer et valoriser cet objet.
- Comprendre le cycle de vie d'une matière, l'écobilan d'un produit, le recyclage d'une matière

**Type d'intervention** : Atelier

## Thématique 9. AUTRES

### ➤ Atelier 9.1 : Escape Game « Minuit moins cinq avant le bouleversement »

L'escape Game « **Minuit moins cinq avant le bouleversement** » a été conçu afin d'aborder le changement climatique et la notion de résilience.

À l'origine, ce terme physique désigne l'aptitude d'un matériau à résister à un choc. Au fil du temps, ce terme à évoluer et s'applique maintenant aux sciences sociales.

Il fait référence à la capacité d'un organisme, d'un corps, d'un système à rebondir et à se développer positivement après une altération de son environnement.

Pour cela nous nous appuyons plus particulièrement sur les quatre thématiques suivantes : l'alimentation, l'eau, l'énergie et les déchets.



Lors des ateliers, nous pouvons mettre l'accent sur la thématique « déchet », échanger sur la capacité des individus à rebondir face à la problématique des déchets et évoquer des pistes d'actions pour atténuer notre impact sur notre environnement.



<p>Venue du futur, Thémis nous met au défi.</p> <p>Préserver la planète est sa priorité. Son objectif est de tester les capacités de l'humanité en matière de résilience.</p> <p>Elle est programmée pour faire de nous des ambassadeurs de la transition si nous réussissons.</p> <p>Dans le cas contraire, elle déclenchera un black-out et forcera les êtres humains à ralentir voire stopper leurs émissions de gaz à effet de serre.</p> <p>Relèverez-vous le défi ?</p>	<h3>Minuit moins cinq avant le bouleversement</h3> <p><b>Thème</b> Le changement climatique.</p> <p><b>Public</b> Des familles, des amis en groupe de 3 à 6 personnes. Les enfants doivent être accompagnés.</p> <p><b>Où</b> En extérieur, dans un espace naturel permettant de dissimuler des objets derrière des plantes, des équipements...</p> <p><b>Durée de l'animation</b> 1h30 à 2h dont 45 minutes de mission et un temps de débriefing.</p> <p><b>Objectifs</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Prendre conscience de l'urgence climatique</li><li>- Comprendre des enjeux du changement climatique</li><li>- Comprendre l'idée de résilience</li><li>- Se questionner, vivre des émotions</li><li>- Communiquer, collaborer et s'entraider</li></ul>
---	--

Type d'intervention : Atelier

## ➤ Atelier 9.2 : Escape Game « Clément Massif et la clé temporelle »

L'escape Game « **Clément Massif et la clé temporelle** » a été créé pour aborder la notion de changement climatique. 4 grands thèmes y sont abordés : habitudes et biens de consommation, mobilité, logement et l'énergie, ainsi que l'alimentation.

Lors de l'atelier, nous pouvons mettre l'accent sur la thématique « **habitudes et biens de consommations** » et plus particulièrement sur les déchets, ce qui permettra d'échanger sur la capacité des individus à rebondir face à la problématique des déchets et évoquer des pistes d'actions pour atténuer notre impact sur notre environnement.



Type d'intervention : Atelier

## ➤ Atelier 9.3 : Réaliser son carnet en papier récup

Résumé :

Un atelier pour créer soi-même un carnet de voyage avec du papier récup, et des feuilles de brouillon imprimées que sur une face. Les participants feront les différentes étapes (décore de la couverture, pliage des feuilles, perçage des trous au poinçon, couture et reliage du carnet recyclé).

Les participants peuvent ramener leurs feuilles de récup, ou de brouillon. Nous pourrons « décorer » de différentes manières ce carnet (photo, image, timbre, art et nature...)



Objectifs généraux :

- Développer sa créativité.
- Créer un carnet en papier récup
- Apprendre des techniques de reliage japonais
- Comprendre le cycle de vie d'une matière, l'écobilan d'un produit, le recyclage d'une matière

Type d'intervention : Atelier

## ➤ Atelier 9.4 : Teintures végétales

### Résumé :

- Observation et récolte de plantes et d'éléments naturels
- Fabrication d'encres végétales avec des fruits, légumes, des épices
- Fabrication de carnet personnalisé avec des feuilles de brouillons
- Réaliser des impressions à partir de frottis de plantes et de tampons, sur tissu et ou sur feuille.



### Objectifs généraux :

- Découvrir des techniques artistiques utilisant des éléments naturels
- Découvrir une technique de recyclage : la fabrication du papier recyclé.
- Sensibiliser à la nature ordinaire
- Prendre du plaisir avec la nature

**Type d'intervention :** Atelier

## ➤ Atelier 9.5 : À la découverte du Bokashi : un compost d'intérieur adapté à tous !

### Résumé :

Ces petits assistants du quotidien composent 70% de la vie terrestre !

De nombreuses applications sont possibles aussi bien dans la maison que le jardin, pour les animaux de compagnie, pour le compostage, pour le traitement des eaux usées, etc.

Retrouvons-nous pour découvrir et parler ensemble des multiples possibilités que nous offrent ces micro-organismes.

### Objectifs généraux :

- Découvrir l'histoire des micro-organismes efficaces.
- Les différentes utilisations :
  - le compost (Bokashi), composter autrement, en intérieur et sans lombric
  - le ménage
  - le jardin, les plantes d'intérieurs
  - les animaux
  - nous
  - l'environnement en général
- Présentation des produits et du matériel.



**Type d'intervention :** Stand



HAUT-DOUBS



**CENTRE PERMANENT D'INITIATIVES POUR L'ENVIRONNEMENT DU HAUT-DOUBS**  
«Maison de l'Environnement et du Patrimoine de la Vallée du Dugeon et de la Haute Vallée de l'Ain»  
Association Loi 1901  
8, rue Charles le Téméraire - 25560 La Rivière Dugeon - Tél. 03 81 49 82 99  
E-mail : [contact@cpiehautdoubs.org](mailto:contact@cpiehautdoubs.org) - Site : [www.cpiehautdoubs.org](http://www.cpiehautdoubs.org)