

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

Dans le cadre de l'opération "Mon quotidien au naturel"



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

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 Auch.

Le premier atelier, « Mon jardin zéro phyto », aura lieu le **samedi 6 avril de 10 h à 12 h** à l'Eco-appart dans le quartier du Garros (31 rue du Bourget, tour Athos). 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.

Le **samedi 18 mai de 10 h 30 à 12 h 30**, rendez-vous lors de la Journée Sport & Santé de la Ville d'Auch sur le quai Lissagaray avec l'atelier « Mon assiette santé ». 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.

Ensuite, venez découvrir la composition de vos produits beauté avec « Mes recettes beauté maison », le **jeudi 23 mai de 18 h à 20 h** à l'Eco-appart, au quartier du Garros. 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.

Enfin, apprenez en plus sur vos produits ménagers ainsi que leur impact sur votre santé et sur l'environnement lors de l'activité « Mes produits ménagers écolo' », le **mercredi 19 juin de 14 h à 16 h** au café associatif l'Abri des Possibles. 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](mailto:animation@cpie32.org)

