

CITOYENNETE ET DEVELOPPEMENT DURABLE EN MAURIENNE

Programme d'animations 2009 / 2010

Thématique : *Consommer mieux et durable !*

1/ Animations 2009

SAMEDI 19 SEPTEMBRE : Journée découverte « Alimentation et Santé » au cœur du Trièves

L'impact de l'alimentation sur la santé est de plus en plus évident : allergies, cancers, maladies cardio-vasculaires, ..., ou tout simplement fatigue, sont liés au contenu de notre assiette.

Comment manger sainement ?

Vivez une journée d'information, d'échange et de découverte au cœur d'un territoire authentique et préservé reconnu pour sa sensibilité à l'environnement : le Trièves.

Au programme de la journée :

- **Le matin : Visite du centre écologique Terre Vivante**

Immergez-vous dans le monde de l'écologie et faites le plein de gestes simples, le plus souvent astucieux, pour préserver l'environnement au cours d'une promenade paisible, ludique et informative, sur le thème du jardinage bio et l'alimentation saine.

- **Le midi : Pique-nique collectif** – prévoir votre casse-croûte

- **L'après-midi : Découverte de la Foire du Bio à Mens**

Explorer la planète bio et aller à la rencontre de l'écologie pratique lors de la Foire Bio de Mens qui offre un large panel de ce qui se fait de mieux aujourd'hui dans les domaines de la vie quotidienne : produits alimentaires, vêtements, cosmétiques, produits pour la maison...

Transport en car au départ de chaque canton de la vallée : lieux et horaires de départ :

- Lanslebourg – Office de tourisme « maison de Val Cenis » : départ à 6h15
- Modane – Gare routière : départ à 6h45
- St-Michel-de-Maurienne – Gare routière : départ à 7h15
- St-Jean-de-Maurienne – Cathédrale : départ à 7h30
- La Chambre – Crédit agricole : départ à 7h45
- Aiguebelle – Foyer rural : départ à 8h

Retour envisagé entre 20h et 21h.

Prix / personne : 8 € - adulte / 3 € - enfant de 5 à 18 ans



INSCRIPTION OBLIGATOIRE AVANT LE 7 SEPTEMBRE 2009 – PLACES LIMITEES
TOUT PUBLIC

VENDREDI 6 NOVEMBRE : Soirée information « La rénovation énergétique d'une habitation »

En Maurienne l'habitat est relativement ancien et peu économe en énergie. Face à l'augmentation du prix des énergies, de nombreux particuliers s'interrogent sur la rénovation de leur habitation. Ces travaux participent aussi au respect de l'environnement et améliorent le confort de la maison.

Comment rénover son habitation pour faire des économies d'énergie ?

Participez à une soirée d'information, d'échange et de conseil avec des professionnels pour mieux aborder votre projet, à partir de cas concrets.

Au programme de la soirée :

- Les enjeux énergétiques liés à l'habitat
- Approches concrètes de deux projets de rénovation : individuel et collectif
 - o les axes d'amélioration énergétique
 - o les structures conseils et les aides financières existantes.

Intervenants :

- GORRE Alfred : Association pour le Développement des Energies Renouvelables (ASDER)
- REY Olivier : Bureau d'étude – conseil maîtrise de l'énergie
- LEBRUN Dominique : CALPACT Maurienne – aide et conseil pour la rénovation de l'habitat

Lieu et horaires : St-Jean-de-Maurienne – salle Pré Coppet – 20h30.

ENTREE GRATUITE – TOUT PUBLIC

MERCREDI 18 NOVEMBRE : Atelier cuisine « Saveurs équitables »

Nos habitudes de consommation ont un impact direct sur les problématiques environnementales, économiques et sociales. Adopter une consommation responsable, c'est agir au quotidien pour réduire les émissions de gaz à effet de serre, protéger la biodiversité, favoriser des conditions de travail respectueuses des salariés,...

Comment devenir un consomm'acteur ?

Apprenez à concilier alimentation, santé, éthique et environnement en consommant et cuisinant autrement.

Au programme :

- **9h à 10h : lecture d'étiquette et commerce équitable : adopter une consommation responsable !**

Avec la multiplication des labels, il est important de savoir décrypter les étiquettes des produits que nous achetons.

Zoom sur le commerce équitable : l'étiquette de l'éthique.

Ouvert au plus grand nombre – entrée gratuite.

- **10h à 14h : Atelier cuisine et dégustation**

Avec l'appui d'un cuisinier, confection d'un menu composé de produits locaux de saisons et de produits issus du commerce équitable. La dégustation suit !

Intervenants :

- TASTAR Yvette : Point Information Santé du centre hospitalier de St-Jean-de-Maurienne
- Association Artisans du Monde
- JORCIN Jean-Pierre : Expert gastronome

Lieu : St-Jean-de-Maurienne – restaurant d'application du Lycée Paul Héroult

Animation organisée dans le cadre de la Semaine de la Solidarité Internationale du 16 au 21 novembre 2009.

INSCRIPTION OBLIGATOIRE GRATUITE AVANT LE 16 NOVEMBRE – PLACES LIMITEES
PUBLIC ADULTE

2/ Animations 2010

DU 1^{ER} AU 7 AVRIL : 2^{ème} « Semaine du Développement Durable en Maurienne »

Dans le cadre de la semaine nationale du développement durable, la Maurienne se mobilise pour sa deuxième édition. Outre la nécessité de provoquer une prise de conscience, il est nécessaire de donner au citoyen les moyens d'agir concrètement au quotidien.

Au programme : conférences, films, journée découverte, ... à l'échelle de la vallée de la Maurienne

Actions soutenues par :

**La Région Rhône-Alpes et
Le Conseil Général de la Savoie**

Rhône-Alpes Région

