

Les "Altern'Actives" de Saint-Aubin-sur-Mer

Vendredi 19, Samedi 20 et Dimanche 21

Mai 2017

Programme détaillé

Les Altern'Actives proposent aux habitants de se rencontrer, de débattre et d'échanger sur le thème des alternatives possibles : comment agir- et réagir- autrement sur des thèmes tels que le lien social, les questions environnementales, la citoyenneté, la consommation...

Ces journées présenteront des initiatives mises en œuvre un peu partout dans le Calvados et des animations pleines de bonne humeur.

Les Altern'Actives sont organisées par les trois comités consultatifs de Saint-Aubin (Agora, Mer et Tourisme et CoEco) avec le soutien de la municipalité de Saint-Aubin-sur-Mer et d'associations de Saint Aubin (Comité des Fêtes – Maison Inter-Age), du Conseil Municipal Jeunes ainsi qu'avec l'aide des commerçants.

Vendredi 19 mai à 20h 30

Projection du film « Heula ! ça chauffe ! » au cinéma du Casino de Saint-Aubin-sur-Mer

Un film réalisé par Erik Fretel

Le réalisateur ornaïs Erik Fretel signe un nouveau film de sensibilisation à notre environnement en prenant comme angle cette fois le réchauffement climatique mais en version Normandie. Un résultat qui est le fruit d'une collaboration avec l'Association Faune et Flore de l'Orne avec laquelle il a déjà travaillé sur de précédents projets car sa casquette de cinéaste se double d'un militantisme écolo chevillé au corps, « et plus ça va, plus je suis inquiet du monde qui se profile ».

La projection se fera en présence du réalisateur qui présentera son film. Elle sera suivie d'échanges entre les spectateurs autour d'un pot convivial.

Participation aux frais : 1€ par adulte.

Merci au Casino pour le prêt de la salle.

Samedi 20 mai de 10h à 18h

Toute la journée des ateliers seront proposés pour inventer ou réinventer notre vie quotidienne autour des thématiques suivantes :



S'informer ensemble

↳ Premiers secours (10h00-17h00)

Des bénévoles, professionnels de la santé viendront nous montrer les premiers soins à apporter à des victimes de malaise, d'accident afin d'éviter d'être complètement démunis face à l'urgence d'une situation dramatique de santé.

↳ Zéro Déchets (10h00-17h00)

Des bénévoles des Altern'Actives nous propose de partager des moyens concrets pour éviter le gaspillage, en particulier le gaspillage alimentaire en développant en particulier l'idée d'une économie circulaire sur le territoire normand.

↳ Milieu associatif solidaire (10h00-17h00)

Le SEL Côte de Nacre, la coopérative 5 pour 100 de Caen, la Coop Bio Nacre
(Liste non limitative)

Découvrons ensemble le milieu associatif solidaire qui développe des pratiques citoyennes portant un autre regard sur l'économie, le social, la solidarité, le partage en particulier avec les outils de l'économie sociale et solidaire.

↳ Sauver les abeilles – (10h00-17h00)

Un apiculteur viendra nous présenter son travail en nous disant aussi comment sauver les abeilles. Déjà quelques idées : mangez plus de miel ! Plantez des fleurs pour les abeilles ! Proscrire les pesticides ! Construire des pièges à frelons asiatiques ! (Il suffit de dix frelons asiatiques pour anéantir une ruche.)



Fabriquer / créer / réparer :

↳ Fabriquer des pièges à Frelons Asiatiques (10h00-17h00)

Prédateur en particulier des abeilles, le redoutable frelon asiatique a fait son apparition dans notre région. Pour limiter sa propagation, il est important que nous disposions de pièges à son intention dans notre jardin.

Venez fabriquer un piège à frelons asiatiques, en suivant les recommandations d'un spécialiste.

↳ Fabriquer son lombricomposteur (10h00-17h00)

Le lombricompostage est une pratique citoyenne et écologique que l'on peut mettre en pratique chez soi. Elle reproduit ce que la nature nous enseigne : un procédé naturel où les vers tiennent un rôle majeur comme acteurs de la transformation des déchets putrescibles en compost. Venez fabriquer votre lombricomposteur ce qui permettra aussi d'alléger vos poubelles !!!

↳ Lessive bio (10h00-17h00)

Des membres de la Coop Bio Nacre vous apprendront à fabriquer vous même votre lessive bio. Faire sa lessive présente plusieurs avantages : en plus d'être écologique et économique, fabriquer sa lessive soi-même est très facile. En quelques minutes, vous pouvez préparer de quoi laver votre linge (sale en famille)

↳ Construire autrement (ARPE) : Association Régionale pour la Promotion de l'Eco-construction (10h00-17h00)

L'ARPE est composé des citoyens mobilisés en faveur d'un habitat sain, économe en énergie et à faible impact environnemental d'un regroupement de professionnels engagés dans cette mobilisation.

Avec une malle pédagogique, l'ARPE aborde par l'échange et l'expérimentation, les thématiques liées à l'éco-construction.

↳ Construire des meubles en bois de palettes (10h00 – 17h00)

Venez participer à la construction de mobiliers à partir de bois de palettes : petits bancs publics, incroyables jardinières... et mobilier pour notre cabine de plage qui pourrait compléter l'usage actuel d'affichage public en boîte à dons pour l'avenir.

↳ Atelier fresque collective (14h00-17h00)

L'idée est de partager une démarche créative et collective, favorisant l'échange, sans prétention artistique. La création sur une toile déroulée sur la place sera accessible au public qui aura à sa disposition le matériel nécessaire à la réalisation de la fresque.

↳ Entretien son vélo (14h00-17h00)

Tous les conseils utiles pour les amateurs de bicyclette : un passionné viendra vous apporter ses compétences dans le domaine de l'entretien de votre petite reine !!!

 **Partager autrement**

↳ Troc / don plantes (10h00-17h00)

Venez échanger des plantes aromatiques ou potagères, des plantes et fleurs vivaces ou annuelles, des bulbes, des graines et autres tubercules. Apportez ce que vous voulez et repartez avec quelques trouvailles, quelques conseils...

↳ Don vêtements (10h00-17h00)

Deux associations viendront collecter vos vêtements :

La Cravate Solidaire récupère des tenues professionnelles pour homme et femme. (Costumes, tailleurs, chaussures, vestes, chemises, pantalons, cravates et accessoires) afin de mieux maîtriser par exemple un entretien d'embauche.

La plateforme **Cobanor Tritex** récupère tout textile ce qui permet de valoriser la filière réemploi ainsi que le recyclage textile en Basse Normandie.

↳ Bouchons de liège, bouchons plastique (10h00-17h00)

La récupération de bouchons de liège et de bouchons en plastique permet d'aider des associations caritatives. Des bacs à bouchons seront à votre disposition pour aider ces associations.

↳ Troc / don jouets (10h00-17h00)

Le Conseil Municipal des Jeunes de Saint Aubin, invite les jeunes (et les moins jeunes) à venir donner ou échanger leurs jeux et jouets à condition bien entendu que ceux-ci soient utilisables pour d'autres enfants.

↳ Crayon coopératif (15h - 16h)

Les jeux coopératifs sont des jeux où tout le monde gagne ou perd ensemble. Ils invitent à gagner avec les autres plutôt que contre les autres. Ils nous permettent de vivre la solidarité et l'entraide de manière concrète, partagée et agréable.

Cette année, place au Crayon coopératif permettant de dessiner ensemble

↳ Qi Gong et massage chinois (De 14h30 à 16h)

Apprendre à prendre soin de soi par une pratique physique favorisant la concentration et l'harmonie. Un art du geste, la découverte de la lenteur, redécouvrir sa respiration ...

Passer de l'esprit de compétition, du « faire contre », à une démarche solidaire du « faire ensemble ».

↳ Jeux en bois (10h – 17h)

Comme l'an dernier, nous renouvelons l'invitation à partager et à jouer avec de magnifiques jeux en bois, histoire d'oublier un instant, les jeux vidéos et autres consoles numériques...



Et partager ensemble...

↳ Repas collectif (12h00- 14h)

Les Altern'Actives vous proposeront sur place de quoi manger et boire (tartes salées et sucrés, salades, brochettes, barbecue)

Mais vous pouvez également venir avec vos propres mets dans l'idée de partage.

↳ La chorale éphémère (11h30 et 16h)

Venez participer à la chorale éphémère dirigée par une bénévole des Alter'Actives, (et néanmoins professionnelle), qui nous invitera à chanter tous ensemble. Avec un ami guitariste, elle assurera aussi, lors de temps forts, l'animation musicale de la journée.

↳ Les Pizzas « MIA » (17h30)

*La Maison Inter-Ages (MIA), association saint-aubinaise, propose de confectionner des pizzas à la salle Dumez à partir d'ingrédients que vous pourrez **apporter** le matin (entre **10h00 et 15h00, place de la gare**). Ateleir entre 16h et 17h30*

Dimanche 21 mai de 10h30 à 12h 30

Rendez-vous au poste de secours (10h30)

L'art à la plage : Venez vous initier au « Land'Art » avec nous :

Le land art à la plage est une manière artistique d'utiliser le cadre et les matériaux que nous pouvons trouver sur la plage et de constituer, collectivement ou individuellement des œuvres éphémères exposés aux éléments, et soumises à la marée ; ainsi, les œuvres disparaissent et il ne restera qu'un souvenir photographique.

APERITIF DE CLOTURE (12h30) et VIDE-GRENIER de l'APE

*Afin de conclure ces journées alternactives, **un pot sera offert** à tous ceux qui le souhaitent dans le parc Pillier.*

*Les personnes souhaitant prolonger l'aventure pourront flâner parc Pillier où le **vide-grenier** de l'Association des Parents d'Elèves (APE) se déroulera et où des sandwiches et boissons seront disponibles à la vente.*