

PROGRAMME

D' **ANIMATIONS**

de la Maison Écocitoyenne
Mars 2025



La Maison Écocitoyenne, créée en 2010, est un lieu de sensibilisation, d'accompagnement et de rencontres autour des thématiques de l'environnement et de la transition écologique.

Activités

Venez découvrir des expositions et participer à des ateliers, balades, conférences, projections, etc.

Les activités sont gratuites pour toutes et tous.

Pour vous inscrire, contactez-nous au **05 24 57 65 20** ou rendez-vous directement sur notre site: maisoneco.bordeaux-metropole.fr

Quand et comment venir ?

Ouverte du mercredi au samedi, de 11h à 18h et jusqu'à 20h les jeudis (sauf jours fériés).

Quai Richelieu - Bordeaux.

- Tram A, C et D et bus, arrêt Porte de Bourgogne.
- Arceaux vélos disponibles autour de la Maison Écocitoyenne.



Déplacements



**Prévention des déchets,
consommation responsable**



Nature et biodiversité



Habitat et énergies



Santé, solidarité et culture

NOUVEAUX HORAIRES

Depuis le 1^{er} septembre 2024, les jours d'ouverture de la Maison Écocitoyenne ont changé !

Retrouvez-nous désormais du mercredi au samedi, de 11h à 18h et jusqu'à 20h les jeudis.

LES ACTIVITÉS

GRATUIT

Le nombre d'inscriptions est limité à 1 atelier et 1 balade par mois et par personne. Merci pour votre compréhension.

Inscriptions au 05 24 57 65 20 ou sur maisoneco.bordeaux-metropole.fr

Samedi 1^{er} mars

14h > 17h



Fabrication d'un lombricomposteur
avec Au Ras du Sol

Vous souhaitez participer à la réduction des biodéchets mais vous n'avez pas de jardin ? Cet atelier est pour vous !

Apprenez à fabriquer votre lombricomposteur à moindre coût.

Tout public, sur inscription :

inscription.bordeaux-metropole.fr



© J.-B. LENGES - Bordeaux Métropole

Mercredi 5 mars

14h > 17h



Puzzle Climat
avec l'association PSI Climat

Vous vous êtes promis de diminuer votre empreinte carbone pour lutter contre le dérèglement climatique, mais vous ne savez pas par où commencer, sans revenir à la lampe à huile ? Venez participer au Puzzle Climat, un atelier TRÈS ludique, interactif et positif, en équipe !

Le Puzzle Climat (Puzzle des Solutions Individuelles Climat) est un « serious game » interactif, véritable jeu de plateau, qui permet de comprendre les ordres de grandeur carbone et les actions ayant le plus d'impact positif.

À partir de 12 ans, sur inscription.

Jeudi 6 mars

17h > 20h



Fresque du Numérique
avec La fresque du numérique

La Fresque du Numérique est un atelier ludique et collaboratif dont le but est de sensibiliser et former les participants aux enjeux environnementaux du numérique. L'atelier vise aussi à expliquer les grandes lignes des actions pour un numérique plus durable, puis à ouvrir des discussions entre les participants sur le sujet.

Tout public, dès 16 ans, sur inscription

www.fresquedunumerique.org

Samedi 8 mars

14h > 17h



Atelier 2Tonnes
avec le collectif 2Tonnes

L'atelier 2 tonnes propose aux participants d'explorer le futur en équipe et d'essayer de limiter le changement climatique en atteignant ces fameuses 2 tonnes par an et par personne, d'ici à 2050.

En 3 heures et en équipe, projetez-vous jusqu'en 2050, découvrez les leviers individuels et collectifs de la transition pour une société bas carbone, et identifiez le rôle que vous souhaitez y jouer !

À partir de 15 ans, inscription sur 2tonnes.org

Mercredi 12 mars

14h > 16h



Atelier de co-réparation :
électrique et électronique
avec L'esprit des ratons laveurs

Vous avez un petit appareil électrique qui ne fonctionne plus et vous ne savez pas comment le réparer ? Venez tâtonner, apprendre et partager vos connaissances lors d'un atelier de co-réparation ! Vous aurez à votre disposition des outils pour démonter, comprendre et réparer votre appareil tout en ayant l'aide d'une réparatrice et d'un réparateur pour vous guider et surtout, les connaissances cachées de votre voisin de table ! Venez passer un moment convivial autour de la réparation et repartez avec votre appareil réparé, ou à minima, de nouvelles connaissances !

À partir de 18 ans, sur inscription.

Merci de préciser l'objet à réparer et la panne lors de l'inscription.



Jeudi 13 mars

18h > 20h



Fabriquez vos produits ménagers
zéro-déchet
avec Nos Deux Mains

Économique, sain et écologique, apprenez à fabriquer vos produits d'entretien très simplement.

En 1h seulement, vous apprendrez l'essentiel pour fabriquer 3 produits d'entretien indispensables à la maison.

À la fin de l'atelier, vous repartirez avec vos produits fabriqués ainsi que les recettes, et des astuces du mode de vie zéro déchet au quotidien. Et surtout, en étant convaincu(e) de la facilité de cette fabrication pour réitérer sans crainte à la maison !

Tout public, dès 9 ans si accompagnés d'un adulte, sur inscription.

Chaque participant amène un bocal en verre (type bocal à confiture ou conserve de légumes).



Vendredi 14 mars

14h > 16h



Les grands principes
de l'alimentation saine
avec Charlotte Dupart, naturopathe

Comment manger sain ? Choix de consommation en vrac, local et de saison, diminution des produits animaux, s'y retrouver entre les différents gras et les sucres.

Nous vous donnerons toutes les astuces pour une alimentation saine et simple, adaptée à notre corps et bonne pour notre planète

Tout public, dès 10 ans si accompagnés d'un adulte, sur inscription.

Samedi 15 mars

11h > 13h



**Initiation au travail qui relie
de Joanna Macy
avec Jennifer Moinot**

Comment aller vers une société qui soutient la vie ?

Cet atelier en groupe nous permet d'ouvrir le champ de nos ressources intérieures et collectives pour faire face à la situation planétaire actuelle. Par un ensemble d'exercices qui invitent à explorer notre lien avec le vivant, transformons notre inquiétude justifiée en engagement créatif !

À partir de 18 ans, sur inscription.

Samedi 15 mars

14h > 16h



**Exprimez votre créativité avec la peinture
végétale
avec Nos Deux Mains**

Couleurs, parfums, matières, inspirations... Découvrez la richesse tinctoriale des plantes cultivées ou sauvages.

Cet atelier vous propose d'apprendre à identifier les plantes et de connaître les différents principes des extractions pour obtenir un jus coloré avec lequel vous pourrez peindre en technique aquarelle.

Tout public, dès 8 ans si accompagnés d'un adulte, sur inscription.



*Cet atelier s'inscrit dans le
Parcours Biodiversité.*

*Le format Parcours vise à créer
une continuité thématique sur*

*plusieurs mois. En vous inscrivant à un atelier
du Parcours, vous êtes prioritaire dans les
inscriptions pour les ateliers Biodiversité à venir.*

Mercredi 19 mars

14h > 16h



**Fabriquez vos 3 produits de soin
pour bébé
avec Nos Deux Mains**

Apprenez à fabriquer 3 produits de soin 100% naturels pour chouchouter votre bébé.

Économique, écologique, et bon pour la santé : fabriquer ses propres cosmétiques, c'est amusant, utile et surtout accessible à toutes et tous !

Tout public, dès 8 ans si accompagnés d'un adulte, sur inscription.

Si possible, apporter 1 ou 2 petits pots ou bocaux en verre avec couvercles, type mini-pot de confiture ou pot de cosmétique ou petit bocal alimentaire (lavés).



Mercredi 19 mars

16h > 17h30



**Magnésium, un ami qui vous veut du bien
avec Isabelle Descamps, diététicienne**

Le magnésium, essentiel au bon fonctionnement de notre corps, est apporté par l'alimentation. Pourtant, les carences sont fréquentes, puisque 80 % des Français en manquent.

Quels sont ses bienfaits ? Comment savoir si vous avez un manque de magnésium ? Quels sont les aliments riches en magnésium ? Quand faire une cure et quel supplément choisir au besoin ?

À partir de 18 ans, sur inscription.

Jeudi 20 mars

18h > 20h



Prenez soin de votre peau avec des cosmétiques maison avec Eclorre

Apprenez à fabriquer vous-même 3 soins du corps : gommage, crème fouettée, baume à lèvres.

Simple, peu coûteuses et efficaces, avec des ingrédients naturels et bio issus de commerces spécialisés dans le vrac, les recettes sont respectueuses de l'environnement, de votre santé et de votre portefeuille !

Tout public, dès 13 ans si accompagnés d'un adulte, sur inscription.

Si possible, apporter 3 petits bocaux en verre avec couvercles.

Mercredi 26 mars

14h30 > 17h30



Jeux immersifs : Robert, le robot hérisson et Dans la peau d'une chauve-souris avec Tous au abris !

Viens te déplacer comme une chauve-souris grâce à tes oreilles, et contourne les obstacles les yeux bandés ! Ou bien pilote Robert, le robot peluche hérisson, trouve-lui suffisamment à manger pour hiberner et évite les dangers !

Tout public, dès 8 ans si accompagnés d'un adulte, sur inscription.



Vendredi 28 mars

16h > 18h

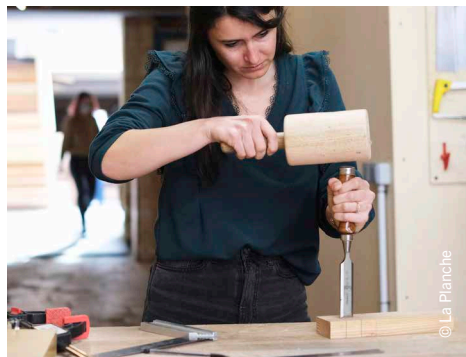


Découverte et initiation à la reconnaissance des bois avec La Planche

Comment savoir que votre planche à découper est en chêne ou en hêtre ? Quel bois mettre en extérieur ? Quelle est la différence entre du bois massif et de l'aggloméré ?

Durant cet atelier, vous découvrirez les spécificités du bois en tant que matériau vivant et vous apprendrez à reconnaître à l'œil nu quelques essences.

À partir de 15 ans, sur inscription.



Samedi 29 mars

14h > 17h



Fresque de l'Économie Circulaire avec la Fresque de l'Économie Circulaire

Ludique, scientifique et positif... un atelier d'intelligence collective qui impacte !

Cet atelier collaboratif permet de comprendre les enjeux de transformation de notre système de production- consommation linéaire vers un modèle plus vertueux : l'économie circulaire.

Un changement de paradigme qui remet au centre la question de l'utilisation des ressources naturelles ainsi que la gestion des externalités, déchets et pollutions, générées par nos modes de vie.

À partir de 16 ans, sur inscription

www.lafresquedeconomiecirculaire.com

LES EXPOSITIONS



« FAIRE SOCIÉTÉ AUTOUR DU VIVANT » PAR TOUS AUX ABRIS !

Du 5 au 29 mars 2025

Tout le mois de mars, l'association Tous aux abris ! vous propose de venir à la rencontre de son écosystème : comment, à partir de nichoirs et d'abris pour la faune liminaire, peut-on « faire société autour du vivant » ?

Découvrez plus de 20 modèles exposés, jeux, photos, plans... Des propositions décoiffantes et enthousiastes, pour les petits et les grands qui souhaitent aider la biodiversité à s'épanouir !

Jeudi 27 mars

18h > 20h

Rencontre

Cette exposition est l'occasion pour l'association Tous aux abris ! de présenter ses propositions pour soutenir le vivant.

La présentation sera suivie d'un échange avec le public.

Exposition Tous aux abris

du 05 au 29 mars 2025

à la Maison écocitoyenne

quai Richelieu, Bordeaux

Plus de 20 abris et nichoirs exposés !
Quiz, jeux immersifs, docs, photos d'ateliers
Rencontre avec Tous aux abris
le 27/03 à 18h



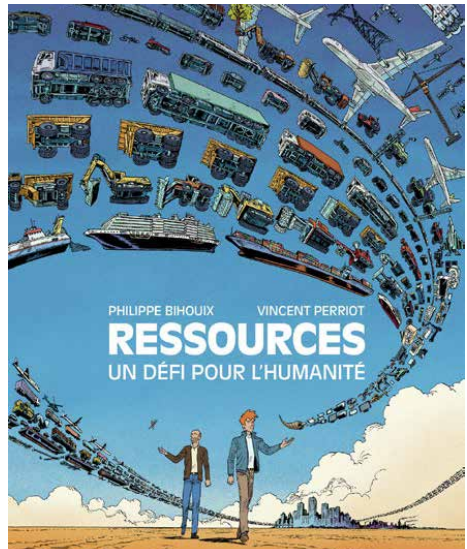
« LES LIMITES DU ROYAUME » DE PAUL LEMAIRE « RESSOURCES, UN DÉFI POUR L'HUMANITÉ » DE PHILIPPE BIHOUX

Du 1^{er} au 15 mars

Cette exposition photo, réalisée par le photographe documentaire Paul Lemaire, est composée de clichés de Chuquibambilla, l'une des plus grandes mines de cuivre à ciel ouvert du monde. Auxquels se mélangent des planches extraites de la BD « Ressources, un défi pour l'humanité » de Philippe Bihoux et Vincent Perriot, sortie en librairie en octobre 2024.

Cet ouvrage de science-fiction dresse un état des lieux sans concession de notre course effrénée de ressources, mais ouvre des pistes concrètes vers un avenir durable.

Informations et programmation
complète du Mois de la Collecte sur
www.bordeaux-metropole.fr/actualites/en-mars-cest-mois-collecte-numerique



NOSTALGIE DES GLACES FRANÇOIS DAGUISE

Jusqu'au 29 mars 2025

François Daguisé, photographe autodidacte choisit le noir et blanc pour saisir la faune dans son environnement naturel et proposer des images graphiques et épurées.

Après avoir séjourné en Finlande, Norvège, Islande, son rêve de glace le pousse vers le Svalbard à l'Est du Groenland dans l'océan Arctique.

En accès libre sur les murs extérieurs de la
Maison Écocitoyenne.



À NE PAS MANQUER



LE MOIS DE LA COLLECTE

Du 1^{er} au 31 mars 2025

En écho à la Journée Mondiale du nettoyage numérique (Digital Cleanup Day) qui a lieu le 15 mars prochain, le Mois de la Collecte Numérique, organisé par Bordeaux Métropole du 1^{er} au 30 mars, a pour objectif de créer une dynamique collective autour d'un numérique responsable.

Il s'agit de sensibiliser le grand public à l'empreinte environnementale du numérique, incitant chacun à agir concrètement en offrant une seconde vie à ses équipements.

56 points de collecte sont ainsi déployés dans les communes de la Métropole, offrant la possibilité de déposer vos équipements électriques et électroniques obsolètes, en fin de vie ou en état de marche. Le matériel collecté sera confié à nos partenaires locaux pour être reconditionné et réemployé dans la mesure du possible, sinon recyclé. C'est d'autant plus primordial qu'il est extrêmement complexe de recycler des composants numériques.

Du 1^{er} au 30 mars, la Maison Écocitoyenne met à disposition un bac de collecte pour vos équipements électriques et électroniques !

Des animations sont également proposées autour d'ateliers de co-réparation de matériel, de conférences, expositions, fresques du numérique...

Informations et programmation complète sur www.bordeaux-metropole.fr/actualites/en-mars-cest-mois-collecte-numerique



DÉCHETS OPÉRATION RÉDUCTION
bordeaux-metropole.fr/moiscollectenumerique





LA FABRIQUE DU CITOYEN #10 ET SALON DE LA BD DOCUMENTAIRE

Samedi 22 mars 2025

Pour les 10 ans de la Fabrique, les bibliothèques ont souhaité valoriser ces BD qui traitent de façon claire des sujets citoyens souvent complexes. Avec Krazy Kat et la Maison Écocitoyenne, les bibliothèques ont sélectionné 5 BD sur le thème Aimer ? et invité leurs auteurs ou illustrateurs pour des rencontres et séances de dédicace.

Parvis de la Maison Écocitoyenne
Gratuit. Entrée libre.

Rencontres et dédicaces avec des illustrateurs de BD, interventions artistiques et ateliers discussion

11h : S'aimer en temps de guerre

Rencontre, questions, dédicaces

Rencontre avec Salomé Parent-Rachdi, journaliste autrice de *Amour sexe et terre promise*, reportage en Israël et Palestine.

14-18h : Porteur de paroles sur l'amour de l'Université Populaire de Bordeaux.

14h : Aimer en 2025 ?

Rencontre, questions, dédicaces

Entre affranchissement des normes passées et création de nouveaux modèles.

Rencontre avec Ovidie, Cookie Kalkair et Caroline Nasic

15h30-17h30 : A nos amours

par l'association Lumineux avec la troupe d'improvisation

Spectacle en plusieurs saynètes

Les Caves d'en Dessous. Aime-t-on tout le monde de la même manière ? Avec la même intensité ?



16h : rencontre avec Marie Dubois autour de Meuf, guide pour nos filles

Rencontre, questions, dédicaces

« Mais au fait, ça veut dire quoi, être une femme ? » À cette question super simple, il existe une myriade de réponses !

Meuf les décrypte avec humour en explorant les thématiques liées au corps, à l'orientation sexuelle, au (cyber)harcèlement ou encore au sexisme de la société.

Informations et programmation complète de la Fabrique du Citoyen sur www.bibliotheque.bordeaux.fr

2^e budget PARTICIPATIF

Métropole rafraîchissante

du 10 février au 15 mars 2025



Votez



pour vos 3 projets favoris

parmi les solutions créatives et solidaires
face à la chaleur !



participation.bordeaux-metropole.fr


**BORDEAUX
MÉTROPOLE**



MAISON
ÉCOCITOYENNE
BORDEAUX MÉTROPOLE

Quai Richelieu,
33000 Bordeaux
T. 05 24 57 65 20
maisoneco.bordeaux-metropole.fr

