

## Descriptif de la formation consommation durable

Direction générale de l'agriculture, de la viticulture  
et des affaires vétérinaires

Formation Agrilogie – CEMEF

Atelier	Descriptif	Ateliers proposés (en cours)
Alimentation	L'alimentation est abordée par thèmes selon les saisons privilégiant les produits locaux. Chaque atelier aborde des manières de diminuer les déchets en cuisine et de repas sans viande par exemple.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Batchcooking : ne cuisinez qu'une fois pour plusieurs repas ou comment avoir toujours quelque chose à manger de fait maison</li> <li>• Cuisine zéro déchet : comment tout utiliser en cuisine</li> <li>• Choix sains et écolo en cuisine : protéger sa santé en faisant des choix éclairés sur notre consommation, connaître les risques des additifs et du plastique par exemple</li> </ul>
Création textile	Les techniques de couture sont abordées selon les principes d'upcycling (récupération de tissu), réparation de textiles et création d'objets lavables pour le quotidien.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Couture Upcycling : donnez une deuxième vie à vos vieux vêtements en les transformant. Par exemple, une chemise homme devient une jupe ou une chemisier tendance</li> <li>• « Pimp up my kitchen » : Création d'un set de base zéro déchet pour la cuisine avec par exemple charlotte pour assiette/plat, papier ménage en tissu, sac à vrac, sac à tarte</li> <li>• « Beauté » : création d'un set de base zéro déchet pour la salle de bain avec par exemple chouchou &amp; bandeau, pochette pour savon, panier en tissu, cotons démaquillants</li> <li>• « Intimité » : création d'un set de base zéro déchet pour soi avec par exemple bouillotte sèche, trousse, serviettes hygiéniques</li> </ul>
Jardinage	Apprentissage par la pratique de techniques de base de culture biologique, de permaculture selon le rythme des saisons.	

Habitat et environnement	Des produits de nettoyages en passant par les cosmétiques sont décryptés pour pouvoir reconnaître les produits sains ou néfastes pour notre santé et la nature.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Son intérieur anti-conso/upcycling : Réutilisez et transformez votre intérieur avec ce que vous avez déjà, osez la simplicité</li> <li>• Un habitat harmonieux : les bases ingénieuses pour rendre son habitat simple et unique</li> <li>• Cosmétique fait maison : créer votre propre crème de jour et découvrez le monde des hydrolats et huiles essentielles pour votre beauté</li> </ul>
Gestion et organisation	Ce module aborde la gestion du temps pour être plus efficace dans son quotidien. Un volet aussi consacré aux finances, pour savoir élaborer un budget mensuel en faisant attention à ses propres critères d'achat pour une consommation plus durable.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gestion du foyer, organisation et budget : découvrez différentes méthodes de gestion du temps, de gestion budgétaire et les appliquer à sa propre situation pour un gain de temps, d'argent et de bien-être</li> </ul>
Atelier parent-enfant	Chaque atelier permet de réfléchir à des actions quotidiennes concrètes dans la famille. Un enfant et l'un de ses parents partagent ces moments de création pour repartir avec un objet ou des mets chez eux.	