

**PROGRAMME**  
**DE LA MAISON DES PROJETS, DU 6C**  
**ET DU JARDIN PARTAGÉ**



**ON EST SOLIDAIRE ET ON BAISSÉ**  
**SON EMPREINTE CARBONE**

Septembre/décembre 2022



## Le projet

Le projet AXIOM c'est s'engager pour une ville plus inclusive dont l'axe repose sur l'innovation sociétale et participative centré sur l'Homme, porteur de solidarités multiculturelles et multigénérationnelles.



Ce programme n'est pas exhaustif. Vous pouvez suivre l'évolution de la programmation via l'agenda sur [www.saintgermainenlaye.fr](http://www.saintgermainenlaye.fr), le compte Instagram [villededemain](https://www.instagram.com/villededemain), et les affiches à la maison des projets.

Pour toute information,  
contactez-nous par courriel et téléphone :  
**[maisondesprojets@saintgermainenlaye.fr](mailto:maisondesprojets@saintgermainenlaye.fr)**  
**06 30 68 36 59**

## Vos structures

### LA MAISON DES PROJETS

9 rue de l'Aurore

Du mardi au samedi, de 10h à 13h et de 14h à 18h

06 30 68 36 59

[maisondesprojets@saintgermainenlaye.fr](mailto:maisondesprojets@saintgermainenlaye.fr)

### LE 6C

6 rue François-Couperin

06 30 68 36 59

[maisondesprojets@saintgermainenlaye.fr](mailto:maisondesprojets@saintgermainenlaye.fr)

### LE JARDIN PARTAGÉ

Dalle Frontenac

[cadredevie@saintgermainenlaye.fr](mailto:cadredevie@saintgermainenlaye.fr)

## Vos élus



### ARNAUD PERICARD

Maire de Saint-Germain-en-Laye  
Conseiller départemental des Yvelines



### PAUL JOLY

Maire-adjoint au Logement,  
à l'Inclusion et à la Ville de demain

## Sommaire

Le Bel-Air, un écoquartier ?	4
Nos tiers-lieux	5
À la maison des projets	6-11
Dans l'appartement 6C	12-17
Au jardin partagé	18-20



# LE BEL-AIR, UN ÉCOQUARTIER ? (C'EST QUOI ?

Labellisé écoquartier étape 3 depuis avril 2019, le quartier du Bel-Air engage son étape 4 en 2022.

Un écoquartier poursuit trois objectifs



## Limiter son impact environnemental

- > Développement d'espaces végétalisés
- > Création de jardins partagés



## Favoriser le lien social

- > Deux manifestations dans le quartier Bel-Air été / Bel-Air hiver
- > Ateliers et animations à la maison des projets
- > Appartement pédagogique du 6C



## Développer son économie dans un principe d'économie solidaire

- > Accompagnement d'entrepreneurs du quartier à l'aide au déploiement de leurs services

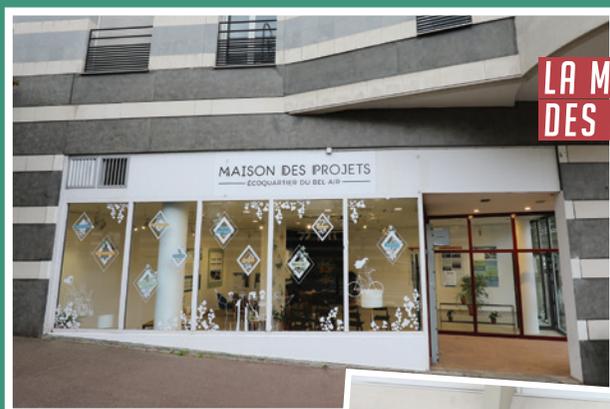
## ÉTAPE 4 DE L'ÉCOQUARTIER

**Nous avons besoin de vous !**

**Des tables rondes et des enquêtes seront réalisées entre septembre et décembre. Votre participation est essentielle.**

# NOS TIERS-LIEUX

Lieux ressources, la maison des projets, le 6C et le jardin partagé proposent un panel d'activités autour du développement durable et du bien-être dans son logement en favorisant l'implication des habitants dans leur quartier.



LA MAISON  
DES PROJETS



L'APPARTEMENT  
PÉDAGOGIQUE 6C



LE JARDIN  
PARTAGÉ



LA  
MAISON  
DES  
PROJETS

**Valoriser  
l'écoquartier  
par les usages**

## DEVENIR AMBASSADEUR DU MIEUX-VIVRE ENSEMBLE

La solidarité ça vous parle, vous voulez partager un peu de votre temps ou de vos compétences : devenez ambassadeur du mieux-vivre ensemble ! Le niveau d'investissement est libre en fonction de votre temps, de vos envies et de vos désirs. Venez en discuter.

### > Dates (de 18h à 19h30) :

jeudi 22 septembre  
jeudi 20 octobre  
jeudi 17 novembre  
jeudi 15 décembre



## LES ATELIERS "ZESTE DE NATURE"

### L'aromathérapie au service de notre santé

Vous souhaitez trouver des remèdes naturels pour vous et votre famille ? Apprenez à utiliser les huiles essentielles pour votre santé et votre bien-être.

### > Dates (de 14h à 15h30) :

jeudi 29 septembre - *Le b.a.-ba de l'aromathérapie*  
jeudi 13 octobre - *Les huiles essentielles dans sa pharmacie*  
jeudi 10 novembre - *Soigner les maux d'hiver avec l'aromathérapie*  
jeudi 24 novembre - *Gérer son stress avec l'aromathérapie*  
jeudi 8 décembre - *L'aromathérapie chez l'enfant*

## Des produits naturels pour mon bébé

Nettoyer et soigner la peau du tout-petit, à base de produits naturels. Nos six recettes de soins pour bébé fait maison ont tout pour plaire.

### > Dates

#### De 9h30 à 11h :

mardi 20 septembre - *Poudre de bain apaisante / gel lavant corps et cheveux*

mardi 4 octobre - *Liniment de change / baume de change*

#### De 14h à 15h30 :

mardi 18 octobre - *Lait corps / huile de massage*

mardi 15 novembre - *Roll-on pour les petits bobos / baume nourrissant et cicatrisant*

mardi 29 novembre - *Brume à doudou - eau de senteur / brume "nuit calme"*

mardi 13 décembre - *Crème visage / lotion débarbouillante*

## Des plantes pour mon bien-être et la beauté

Avec quelques précautions d'usage, fleurs et plantes peuvent être les alliés d'une beauté saine et naturelle. Alors pourquoi ne pas franchir le pas vers le "fait-maison" et fabriquer ses préparations cosmétiques en allant tout simplement cueillir la matière première dans le jardin partagé ?

### > Dates (de 14h à 15h30) :

jeudi 22 septembre - *Je fabrique mon bâton de fumigation à base de plantes aromatiques bio et locales*

jeudi 6 octobre - *Je fabrique ma crème de jour adaptée à mon type de peau à partir d'hydrolats aromatiques bio*

jeudi 20 octobre - *Je fabrique ma bougie parfumée avec des plantes*

jeudi 3 novembre - *Je fabrique ma tisane thérapeutique*

jeudi 15 décembre - *Je fabrique ma bougie parfumée avec des plantes*

## Redécouvrir les produits de nos grands-mères et leurs utilisations

On partage avec vous des conseils et des techniques simples à partir de produits ancestraux à reproduire chez soi pour adopter une démarche positive et écologique.

### > Dates (de 16h à 17h30) :

mardi 27 septembre - *Savon noir pour faire une lessive maison*

mardi 11 octobre - *Terre de Sommières comme savon détachant*

mardi 15 novembre - *Vinaigre pour une utilisation en lotion tonique pour le visage*

mardi 29 novembre - *Bicarbonate pour remplacer la baume déodorant industriel*

mardi 13 décembre - *Savon de Marseille pour soigner ses pieds*

Atelier

# DES PLANTES POUR MON BIEN-ÊTRE



**Repair moment / atelier de réparation**

Changer les comportements en substituant le réflexe de réparer à celui de jeter, préserver l'environnement et le climat, apprendre à réparer, (re)découvrir les vertus du faire ensemble, créer du lien social, renforcer les relations intergénérationnelles localement, c'est tout cela les Repair moment.

**> Dates (de 13h30 à 18h) :**

samedi 1<sup>er</sup> octobre  
samedi 15 octobre  
samedi 12 novembre

**Exposition du 2 novembre  
au 30 novembre****REGARDS  
ET HISTOIRES**

Le quartier du Bel-Air, c'est ses habitants, ses cultures, ses histoires. À travers une série de photos et d'enregistrements audios, c'est une partie de l'histoire de ce quartier qui est sorti de terre dans les années 70 que vous découvrirez. À voir absolument !

**Atelier de réparation de vélo**

Que vous soyez cycliste du dimanche ou adepte du vélo, les ateliers participatifs vous accueilleront de la même manière ! Ils sont là pour vous conseiller et vous aider dans la réparation de votre bicyclette. Le mécano, c'est vous !

**> Dates (de 14h à 18h) :**

samedi 17 septembre  
samedi 15 octobre  
samedi 12 novembre

**Pendant les vacances, je fabrique mon robot**

Partager un moment de création et de découverte avec ses enfants autour de parcours électroniques. Éveiller ses enfants au développement durable et à une consommation plus raisonnable ou simplement faire des expériences.

**> Dates :**

du mardi 25 au vendredi 28 octobre, de 15h à 17h  
du lundi 31 octobre au vendredi 4 novembre, de 16h à 18h

Attention : places limitées à 10 enfants à partir de 7 ans  
Présence obligatoire d'un parent  
Inscription à la maison des projets

Atelier

# JE RÉPARE MON VÉLO





**Trouver  
l'harmonie  
chez soi et en soi  
pour son équilibre**

**Bricoler et rendre son intérieur plus chaleureux, s'occuper de soi. Les ateliers bien chez soi sont faits pour vous. Ils apprendront mille et une astuces de réemploi pour embellir votre logement et devenir un/une pro du bricolage.**

### **Ranger, trier pour un intérieur harmonieux**

L'idéal pour se sentir bien chez soi, ranger et organiser pour faciliter le quotidien. Faisons de la place et rangeons ensemble pour une maison propre et ordonnée. Du rangement au bien-être. Organisez votre chez vous. Organisez votre intérieur.

#### **> Dates (de 9h30 à 11h) :**

jeudi 29 septembre - *Une cuisine fonctionnelle pour préparer de bons petits plats*

jeudi 13 octobre - *Je range et trie mon dressing*

jeudi 27 octobre - *Je range et trie la chambre de mes enfants*

jeudi 10 novembre - *Salle de bain, médicaments, bijoux, linge de maison...*

jeudi 24 novembre - *Comment s'en sortir avec les documents de travail et administratifs*

jeudi 8 décembre - *Organisation familiale*

### **Atelier couture**

Pour apprendre à coudre facilement, la meilleure solution reste les cours de couture ! Ainsi, vous bénéficiez des précieux conseils d'une couturière expérimentée.

#### **> Dates (de 14h à 16h) :**

jeudis 22 et 29 septembre - *Les lingettes démaquillantes réutilisables et leur panier de rangement en tissu assorti*

jeudis 6 et 13 octobre - *Le tablier de cuisine en vieux draps ou vieux torchons, en fonction de ce que nous réutilisons à récupérer*

jeudis 20 et 27 octobre - *Le chemin de table en vieux draps*

jeudis 3 et 10 novembre - *Le coussin tendance et graphique en chute de tissu ou de vieux draps*

jeudis 17 et 24 novembre - *Le tapis d'éveil pour bébé avec des draps de récupération*

jeudis 1<sup>er</sup>, 8 et 15 décembre - *La trousse carrée / trousse à maquillage avec des draps de récupération*

### Atelier "Je transforme, je répare"

Le recyclage est une tendance forte de l'économie circulaire. Son objectif, valoriser les produits usagés en leur donnant une nouvelle vie plus qualitative. Concrètement, l'idée est de récupérer toutes sortes de matériaux dont on ne se sert plus pour créer des objets ou produits de qualité supérieure.

#### > Dates (de 14h à 17h) :

vendredi 16 septembre - *Transformer un carrelage*

vendredi 30 septembre - *Peinture et / ou sticker dans la salle de bain*

vendredi 14 octobre - *Apprendre à décoller un papier peint, préparer le mur et pose d'un nouveau papier peint*

vendredi 28 octobre - *Deuxième étape de pose de papier peint dans la salle à manger*

vendredi 4 novembre - *Réalisation d'une tête de lit*

vendredi 18 novembre - *Donner une nouvelle vie à ses chaises*

vendredi 2 décembre - *Peindre une pièce : première couche*

vendredi 16 décembre - *Peindre une pièce : deuxième couche et changement des poignées de portes*

### Atelier "Mes éco-gestes" à la maison

En quête d'astuces pour faire des économies d'énergie ? Découvrez ici tous nos éco-gestes et gestes écologiques pour réduire votre consommation d'énergie et agir pour l'environnement. Le tout, sans trop chambouler votre quotidien !

#### > Dates (de 9h30 à 11h) :

jeudi 20 octobre / jeudi 17 novembre / jeudi 15 décembre

### Atelier "Je prends soin de moi"

Apprendre à se valoriser et développer la confiance en soi, les ateliers "Je prends soin de moi" vous permettent d'acquérir des techniques de maquillage et soins pour le corps.

#### > Dates (de 10h à 11h30) :

mardi 27 septembre - *Apprendre à prendre soin de ses mains, éléments de communication important*

mardi 11 octobre - *Soin du visage : connaître son type de peau, choisir les produits adaptés pour l'entretenir et l'embellir*

mardi 25 octobre - *Soin des pieds : l'importance de l'entretien de ses pieds, supports de notre corps*

mardi 8 novembre - *Mise en valeur par le maquillage*

mardi 22 novembre - *Mise en valeur par le maquillage*

mardi 6 décembre - *Atelier découverte couleurs et image de soi "Découvrez les couleurs qui vous révèlent"*

Atelier

# JE TRANSFORME JE RÉPARE



## Atelier harmonie intérieure

Les ateliers de respiration à la façon japonaise permettent d'atteindre la paix intérieure, la sérénité dans la vie quotidienne et d'améliorer sa santé physique et émotionnelle. Dans chaque atelier, vous pourrez apprendre une technique de respiration différente.

### > Dates (de 10h à 11h) :

samedi 24 septembre - *Gérer son corps et son stress*

samedi 8 octobre - *Apaiser les nerfs et bien dormir*

samedi 22 octobre - *Respirer en profondeur / rester naturel sans effort*

samedi 5 novembre - *Remplir son corps de bonnes énergies*

samedi 19 novembre - *Décharger, vider et lâcher prise*

samedi 3 décembre - *Techniques de respiration pour s'unir à la nature*

samedi 17 décembre - *Expérience cœur du zen / respiration méditative*



Atelier

# HARMONIE INTÉRIEURE





**Renforcer  
le lien social  
en produisant  
local**

C'est quoi un jardin partagé ? Il s'agit d'un jardin géré et animé par des habitants issus d'un même quartier. Ils s'y retrouvent pour cultiver des légumes, des herbes aromatiques, des fruits ou des fleurs.

Ces jardins se fondent sur des valeurs de solidarité, de convivialité, de lien et de partage entre les générations et les cultures. Produire ensemble légumes, fleurs, fruits, aromatiques, médicinales... leur donne une saveur particulière et c'est une ressource bien utile en ces temps de crise.

#### Ateliers à la maison des projets

Des ateliers pour s'initier et découvrir la permaculture et le jardinage pour fleurir son balcon.

##### > Dates (de 14h à 15h30) :

mercredi 21 septembre - *Les boutures de fin d'été*

mercredi 5 octobre - *Semis d'automne*

mercredi 19 octobre - *Semis d'automne (suite)*

mercredi 9 novembre - *Accueillir la biodiversité à la saison froide*

mercredi 7 décembre - *Potager de balcon en hiver*

#### Ateliers dans le jardin partagé

Aude et Elsa vous proposent de vous retrouver au jardin partagé de la dalle Frontenac pour y aborder différentes thématiques au gré des saisons.

##### > Dates (de 18h à 19h30) :

jeudi 1<sup>er</sup> septembre

mercredi 21 septembre

jeudi 22 septembre

mercredi 5 octobre

mercredi 19 octobre

mercredi 9 novembre

mercredi 7 décembre

Ateliers ouverts aux personnes inscrites sur les jardins partagés.  
Inscriptions : [cadredevie@saintgermainenlaye.fr](mailto:cadredevie@saintgermainenlaye.fr)



Rejoignez-nous sur Instagram

@villededemain

