

# Bien-être et Santé

## Relaxation plantaire et bains de pieds

14 h - Animé par Mariella Parmigiani.

## Yoga et postures liées à l'eau

15 h - Démonstrations et initiations par l'association *l'Aventure du Bien-être*.

## Démonstration de sophrologie

16h - Animée par Laurence Busca.

## Bar à eaux

Pour goûter et différencier les eaux minérales, de source ou de montagne et leurs bienfaits sur la santé.

Animé par une nutritionniste de la Caisse Primaire d'Assurance Maladie.

## Phyto-conseils

A chaque tisane ses vertus.

Dégustation-vente, conseils et astuces pour rester en pleine forme grâce aux plantes.

Animé par Nadia Aouchiche de *Herba Balsam*.

## Dégustation-vente de confitures et chutney

Une très grande variété de confitures et chutney « maison » à découvrir et à goûter  
Association *G'Nie des papilles*.

## TROC JARDIN

Boutures, graines, plantes, matériaux de jardinage ou magazines, tout s'échange au troc jardin, y compris les bons conseils !

Informations pratiques : Maison de l'environnement 01 48 79 62 75

Parc Faure 13-15 allée circulaire

93600 Aulnay-sous-Bois

mde@aulnay-sous-bois.com

Bus 637, 616 ou 613

# EAU ET JARDIN

## Composteurs et bioseaux

Conseils et démonstrations pour utiliser efficacement composteurs et bioseaux.

Distribution de ces outils uniquement sur réservation préalable.

Tél : 01 48 79 62 75

## La mare s'expose

Les plantes et la faune de la mare révèlent un éco-système particulier, riche et mystérieux à la fois. Cette exposition vous propose de découvrir les avantages d'avoir une mare chez soi ou proche de chez soi !  
Avec Sébastien Nys, naturaliste d'*Expo Nature*.

## Pas de pain pour les canards !

Présentation du projet « Grand détournement du pain », récompensé à de multiples reprises, présentation du livret de recettes réalisé par les Aulnaysiens pour ne plus gâcher le pain. Pourquoi le pain n'est-il pas bon à donner aux canards, cygnes et autres oiseaux ?  
Animé par l'éco-animateuse du Grand Détournement du pain, Cynthia Roulin.



Parc Faure  
Entrée libre



[www.aulnay-sous-bois.fr](http://www.aulnay-sous-bois.fr)



# ANIMATIONS

## L'écosystème de la mare

Découverte de la mare :  
sa faune et sa flore

14h, 15 h et 16h - Durée 20 minutes  
Explications de Sébastien Nys, naturaliste  
RDV sur le ponton devant la mare.

## Les zones humides

Découverte animée de l'exposition  
« Des zones humides à préserver ! »

Durée 30 minutes

Séances à 14h30, 15h30 et 16h30

Animée par Mohand, éco-animateur  
de la Maison de l'Environnement  
RDV à l'accueil de la MDE.



## Rallye-quizz de la biodiversité

Petits et grands sont invités à repérer les espèces végétales et animales du parc Faure grâce au parcours d'interprétation. Récompenses pour les plus assidus ! Animé par Mohand, éco-animateur de la MDE RDV à l'accueil de la MDE.

## Quizz : l'eau et ses enjeux

Dans le cadre de la consultation du public sur l'eau, la MDE vous propose de répondre aux questions et de vous faire connaître les enjeux de l'eau. Chacun pourra répondre en connaissance de cause au questionnaire sur les priorités du schéma directeur du bassin Seine Normandie, pour les 6 ans à venir. Récompenses pour les plus assidus !

## La musique de l'eau

Pour faire chanter l'eau, rien de plus simple... les vibrations sonores varient en fonction de la quantité d'eau. Un instrumentarium à inventer...

## Parcours sensoriel et ludique

Pour fouler les différents types de paillages et mulches qui permettent à nos plantes de mieux pousser.

# ATELIERS CREATIFS

## Mes produits ménagers respectueux de l'environnement

Fabrication et conseils de l'association les Fourmis Vertes.

## Une mare dans mon jardin

Démonstration et conseils d'Hervé Ollivier, coordinateur de l'association des Jardins partagés du Zéphyr.

## Tableaux naturalistes

Apportez vos crayons, peintures et pinceaux pour dessiner la vie de la mare : libellules, grenouilles, crapauds, roseaux, nénuphars... pour une exposition in situ dans le parc. Associations et artistes bienvenus ! Chevalets à votre disposition.

## Fresque collective

Dédé et Flora, nos deux personnages préférés à la MDE prennent leur quartier sur le mur de notre cabane : venez leur donner de la couleur.

## Récup pour la fête des mères par les petites mains créatifs (0-6 ans)

Animé par Ghislaine Degrenne.

# SPECTACLE

## À Hauteur d'herbes

Par La Cie Et Demain...

À partir de 5 ans - à 15h 30 et 16h30

Durée 30 minutes

Une terrible nouvelle perturbe la douce quiétude d'un après-midi d'été au bord de l'étang : Odette, grenouille cornue découvre dans « La dépeche de la mare » un avis d'expulsion, du fait d'un projet de jardin paysager. Mais ce que les humains ignorent, c'est que la souche

# ATELIERS SCIENTIFIQUES

## Atelier filtration

Les eaux usées reviennent dans nos cours d'eau par divers processus de filtration. Démonstration avec l'association L'Eau tarit.

## Les fous savants

L'eau est source de jeux et d'expériences folles. Venez vous amuser à tester vos connaissances sur l'eau, en jouant, en manipulant, en faisant des bulles... La poussée d'Archimède n'aura plus de secret pour le chercheur en herbe ! Animé par des passionnés.

## Photos vertes

Revisitez vos photos en utilisant la chlorophylle d'épinards comme révélateur  
Animé par Aurélien David.



d'arbre mort dans laquelle Odette a élu domicile est le refuge d'habitants innombrables et d'une vie insoupçonnée. Comment lutter pour préserver leur espace de vie et convaincre les humains d'ouvrir les yeux sur ce qu'ils ne voient pas : les insectes, les araignées et les batraciens ?

