

# L'UNIVERSITÉ

## DU FAIRE SOI-MÊME



**À CHAQUE ATELIER, UN  
NOUVEAU SAVOIR-FAIRE POUR  
+ D'AUTONOMIE ET D'ÉCOLOGIE**

**4 MODULES  
PROPOSÉS**

**18 ATELIERS À  
DÉCOUVRIR**

### UNIVERSITÉ D'AUTOMNE 2020

Pour l'automne 2020, l'Université du Faire Soi-Même vous propose 8 ateliers fondamentaux (pour acquérir les bases) et 10 ateliers techniques (pour aller plus loin) pour apprendre à réparer, aménager, réutiliser, cuisiner...

Chaque atelier est l'occasion d'apprendre un nouveau savoir-faire. Suivez un module au complet ou faites votre programme « à la carte » en piochant dans les 4 modules proposés pour adapter votre Université à votre temps et vos besoins.



AVEC LE SOUTIEN DE  
**GRAND LYON**  
la métropole



Maison de  
l'Environnement  
Métropole de Lyon



CONSCIENCE &  
IMPACT  
ÉCOLOGIQUE



LA  
MANUFACTURETTE



oikos  
la Maison, son Environnement



## 4 MODULES, 18 ATELIERS AU CHOIX

**Atelier fondamental** ◀  
pour acquérir les bases

**Atelier technique** ▶  
pour aller plus loin

**PRIX D'UN ATELIER : 5€**

SAUF "FAIRE SA PEINTURE MAISON POUR LIMITER LA POLLUTION DE L'AIR ET DE L'EAU" (8€)



### HABITAT ÉCOLOGIQUE ET ÉCONOMIQUE

*Pour apprendre les bases de l'habitat écologique et décorer son chez-soi de manière saine avec des matériaux simples*

- B.A.-BA de l'entretien de la maison** ◀  
Jeudi 24 septembre (18h30-21h)
- Réduire ses consommations d'énergie** ◀  
Jeudi 8 octobre (18h30-21h)
- Upcycling : recycler sa vaisselle cassée pour apprendre la mosaïque** ▶  
Mardi 20 octobre (14h-16h30)
- Faire sa peinture maison pour limiter la pollution de l'air et de l'eau** ▶  
Mercredi 18 novembre (18h30-21h)



### COUTURE MALINE ET ÉCOLOGIQUE

*Pour apprendre les bases de la couture, apprendre à augmenter la durée de vie de vos vêtements et transformer vos vieux tissus en objets utiles du quotidien.*

- Apprendre à coudre à la machine** ◀  
Samedi 19 septembre (14h-16h30)
- Apprendre à coudre à la main et rallonger la vie des vêtements** ◀  
Samedi 3 octobre (10h-12h30)
- Transformer à la main ses vieux vêtements en 1000 objets utiles** ▶  
Samedi 10 octobre (14h-16h30)
- Transformer à la machine ses vieux vêtements en 1000 objets utiles** ▶  
Lundi 30 novembre (18h30-21h)



### HYGIÈNE ET ENTRETIEN SAINS ET ÉCOLOGIQUES

*Pour décrypter les produits chimiques présents dans notre environnement quotidien et réaliser "maison" vos produits*

- Faire le ménage dans mes produits d'entretien** ◀  
Samedi 19 septembre (14h-16h30)
- Les bases d'une hygiène corporelle responsable** ◀  
Mercredi 23 septembre (18h30-21h)
- Faire sa lessive au savon d'Alep et sa lessive au lierre** ▶  
Samedi 3 octobre (14h-16h30)
- Faire sa crème hydratante et son baume à lèvres** ▶  
Mercredi 14 octobre (14h-16h30)
- Faire ses baumes pour l'hiver** ▶  
Mercredi 18 novembre (14h-16h30)
- Faire son savon par saponification à froid** ▶  
Mardi 1er décembre (18h30-21h)



### CUISINE ÉCOLOGIQUE ET ÉCONOMIQUE

*Pour apprendre les bases d'une cuisine plus écologique, explorer les enjeux de l'alimentation de demain ou cuisiner autrement*

- La cuisine durable et sans gaspillage** ◀  
Mardi 29 septembre (18h30-21h)
- Techniques pour cuisiner mieux sans perdre de temps** ◀  
Jeudi 1er octobre (14h-16h30)
- Faire des fromages végétaux** ▶  
Mercredi 4 novembre (18h30-21h)
- Conserver ses aliments en bocaux** ▶  
Samedi 7 novembre (10h-12h30)

**INSCRIPTION EN LIGNE :  
WWW.MAISON-ENVIRONNEMENT.FR**