

Association  
Culture Bio

43, rue de Fagues  
35580 Guichen

☎ 02 99 52 02 90

[contact@culturebio.org](mailto:contact@culturebio.org)

[www.culturebio.org](http://www.culturebio.org)

## L'AGRICULTURE

## LE JARDINAGE

## L'ALIMENTATION

## L'HABITAT

## ÉCOLOGIQUE

## LES ÉNERGIES

## RENOUVELABLES

## L'ÉCONOMIE SOCIALE

## & SOLIDAIRE

## LES SOLIDARITÉS

## LA SANTÉ &

## LE BIEN-ÊTRE

## LA NON-VIOLENCE

# Culture Bio... un salon permanent

## Stages et compagnie : les RDV à venir

L'association Culture Bio propose plusieurs rendez-vous fin 2009 – début 2010

## Bien manger, bien cuisiner

Le mardi de 18h30 à 22h, nous préparons ensemble des recettes et nous partageons le repas dans la convivialité. Atelier animé par Joëlle Salaün.

🌱 **Mardi 17 novembre** : « Intolérance aux produits laitiers : où trouver le calcium ? »

🌱 **Mardi 8 décembre** : « Un menu de fête végétarien »

🌱 **Mardi 12 janvier** : « Convivialité et intolérance au gluten »

⇒ 28 € repas compris ; inscription au 02 99 44 03 24 ; cuisine de l'espace Galatée à Guichen.

## Sophrologie

🌱 **Chaque mercredi de 19h à 20h**, venez découvrir, pratiquer la sophrologie avec Marjorie Hauser, Sophrologue, diplômée de l'Institut de Sophrologie de Rennes.

⇒ 89 € les dix séances en groupe ; inscription au 02 99 57 39 64 / 06 78 27 79 22 ; salle 2 de l'espace Galatée à Guichen.

## Fabriquer soi-même ses produits d'entretien ou de beauté

Ateliers animés par Lydia Vasquez de Locosol.

🌱 **Samedi 28 novembre de 14h à 16h** : « Je fabrique mes produits d'entretien ménager »

🌱 **Samedi 12 décembre de 14h à 17h** : « Je crée mes phyto-cosmétiques »

🌱 **Samedi 30 janvier de 14h à 17h** : « Je fabrique les produits pour mon bébé »

⇒ 20 ou 25 € suivant les thèmes ; inscription au 02 99 72 43 70 / 06 30 03 82 06 ; espace Galatée à Guichen.

## Jardiner au naturel

« Les bases du jardin potager et fleuri ». Atelier le samedi de 10h à 13h et/ou de 14h à 17h30. Sur le nouveau jardin de « Culture Bio », Gérard Hocquet, un de ses créateurs, vous propose des bases sur le jardinage naturel, dans le rythme des saisons.

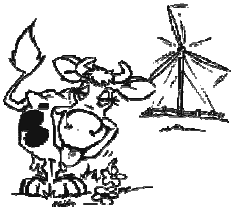
Le matin : bénévolat de jardinage pour ceux qui veulent

L'après-midi : apprentissage et échanges

🌱 **Samedi 31 octobre**

🌱 **Samedi 20 février**

⇒ Atelier pédagogique : 12 €, gratuit pour les bénévoles du matin ; inscription au 02 99 52 02 90 ; jardin bio à Guichen.



Association  
Culture Bio

43, rue de Fagues  
35580 Guichen

☎ 02 99 52 02 90

[contact@culturebio.org](mailto:contact@culturebio.org)

[www.culturebio.org](http://www.culturebio.org)

L'AGRICULTURE

LE JARDINAGE

L'ALIMENTATION

L'HABITAT

ECOLOGIQUE

LES ENERGIES

RENOUVELABLES

L'ECONOMIE SOCIALE

& SOLIDAIRE

LES SOLIDARITES

LA SANTE &

LE BIEN-ETRE

LA NON-VIOLENCE

« **Le jardinage co-créatif et le partenariat avec la nature** ». Pour « Pérélandra », il y a des consciences avec et derrière les êtres vivants et nous pouvons coopérer... Co-organisation « Alter-Attitude » et « Culture Bio ».

🌱 **Vendredi 20 novembre** : conférence par François Deporte

⇒ 5 € ; salle communale de Saint Aubin (56, près de Plumelec)

🌱 **Samedi 21 novembre** : stage sur les principes de co-créativité ; règles de communication avec la nature, protocoles de travail sur le jardin

🌱 **Dimanche 22 novembre** : stage sur le partenariat avec la nature pour sa santé personnelle, protocole Map

Les 2 stages demandent un minimum de pratique personnelle préalable.

⇒ 50 € par demi journée, 90 € la journée, 135 € les 3 demi-journées (lire les livres « Jardiner avec les intelligences de la nature » [www.jardins-cocreatifs.com](http://www.jardins-cocreatifs.com)) ; renseignements et inscription au 02 97 67 16 50 / [abcd4@aliceads1.fr](mailto:abcd4@aliceads1.fr) .

## Voitures, tracteurs et réacteur Pantone

Apprenez à monter la version classique Gillier **Pantone** de cet économiseur de carburant pour voitures d'avant 1998. Par Emile et Urbain, agriculteurs retraités et expérimentateurs Pantone. Co-organisation « ferme de la Harpe » et « Culture Bio »

🌱 **Samedi 28 novembre**

⇒ 50 € ; inscription au [vanpouille.frederic@laposte.net](mailto:vanpouille.frederic@laposte.net) ; dans les ateliers de la ferme de la Harpe à Rennes ; 15 places.

## Exprimer sa nature, créer, expérimenter avec des matériaux naturels

🌱 **Le mercredi à partir du mois d'octobre**, ateliers réguliers « marionnettes » (modelage, confection des habits, création d'un spectacle, etc ...). Par Audrey Croc et Marie Michèle Hamon.

⇒ 10 € la séance ; renseignements et inscription au 02 99 57 83 77 ; Saint Malo de Phily.

🌱 **Nombreux samedis après-midi**, ateliers réguliers « Détente et créativité » (relaxation, massages, exercice de respiration avec des temps d'expression artistique par la couleur, la terre et la danse, etc...)

⇒ 35 € la séance ; renseignements et inscription au 02 99 57 83 77 ; Saint Malo de Phily.

## Spectacle : « La Terre allant vers »

Par la compagnie « Légitime Folie » (à partir de 7 ans). Organisé par la commune de Guichen.

🌱 **Dimanche 28 février, 16h00**

⇒ 6 €, 3 € pour les moins de 15 ans ; espace Galatée à Guichen.