



**Association d'Éducation à l'environnement**

**Pour un développement durable**

Agréée Jeunesse et Éducation Populaire

3 Chemin de Guédon—72160 BEILLÉ

28 km du Mans (Sortie N° 6 A11)

**Programme**

**2025**

### **GRAIN DE POLLEN** fermera ses portes....

Association engagée depuis 1988 pour permettre à chacun de découvrir et respecter son environnement, consommer durablement et agir en faveur du climat, Grain de Pollen cessera définitivement ses activités fin juin 2025.

Alors venez profiter pleinement de ce dernier programme pour partager encore de bons moments de découverte !

Nous vous expliquerons plus largement notre démarche lors de l'assemblée générale :

**LE VENDREDI 28 MARS 2025 à 19 h**

**Au siège de l'association**

Grain de Pollen bénéficie d'un agrément Jeunesse et Éducation Populaire délivré par le Ministère de l'Éducation Nationale.

Grain de Pollen est reconnue d'intérêt général. Vos dons vous donnent droit à une réduction fiscale de 66%. N'hésitez pas à soutenir l'éducation à l'environnement en adressant votre don à Grain de Pollen.

#### **Mémo Calendrier :**

- 19 janvier : Saponification à froid
- 25 janvier : Cosmétiques (Sargé)
- 19 février : Nichoirs (Sargé)
- 28 mars : Assemblée Générale
- 29 mars : Saponification à froid (Sargé)
- 30 mars : Marmite Norvégienne
- 26 avril : Vannerie et macramé au jardin
- 27 avril : Troc Plantes de printemps et marché
- 14 mai : Bougies et parfums d'intérieur
- 17 mai : Four solaire
- 18 mai : Apiculture en famille
- 14 juin : Cueillette et cuisine des plantes sauvages



**02 44 81 29 29 ou 06 75 83 83 70**



[graindepollen@neuf.fr](mailto:graindepollen@neuf.fr)



[www.graindepollen72.fr](http://www.graindepollen72.fr)



[@graindepollen72](https://www.facebook.com/graindepollen72)



Et



Gare SNCF Connerré-Beillé à 2 km

### **POUR DÉCOUVRIR GRAIN DE POLLEN :**

« Papotage et Discussions » pour rencontrer les adhérents, donner un coup de main au jardin, concevoir des affiches, préparer les animations, profiter de la bibliothèque ou simplement discuter autour d'un thème animé par un bénévole et boire un café ! C'est GRATUIT

**Trois Rendez-vous de 9h30 à 12h :**

- Samedi 11 janvier : autour de la galette
- Samedi 8 mars : présentation de la Marmite Norvégienne en tissus
- Samedi 5 avril : le pissenlit dans tous ses états

### **POUR PARTICIPER AUX ATELIERS GRAIN DE POLLEN :**

Être adhérent : jeune ou demandeur emploi : 2 € ;

Individuel : 6 € ; famille : 12 € (2 personnes ou plus)

S'inscrire et régler les ateliers de son choix et bénéficier du bonus fidélité sur les ateliers signalés d'une \* : Réduction de 5 € dès le 2<sup>ème</sup> atelier .

Les ateliers ne sont garantis que sous réserve d'un nombre suffisant de participants.

**Dimanche 19 janvier de 14h à 17h**

ou

**Samedi 29 mars de 10h à 13h  
à la Biocoop Le Fenouil  
à Sargé lès -le-Mans**

**\*35 €**

### **Découvrir la saponification à froid**

Les produits d'hygiène et de soins du corps peuvent être néfastes pour la santé et l'environnement. Apprenez à décoder les étiquettes des produits conventionnels et trouvez des alternatives en fabriquant vos savons **zéro déchet**.

**Vous repartez avec vos savons !**

**Samedi 25 janvier de 10h à 13h à la  
Biocoop Le Fenouil à  
Sargé lès -le-Mans**

**\*35 €**

### **Faire ses cosmétiques**

Venez décoder les étiquettes des cosmétiques du marché et apprenez à faire une crème hydratante, un dentifrice et un déodorant à base de composants simples et avec des contenants réutilisables pour réduire vos déchets.

**Mercredi 19 février  
de 14h à 17h à la Biocoop  
Le Fenouil à Sargé lès -le-Mans**

**\*35 €**

### **Accueillir les oiseaux au jardin**

A l'occasion des vacances, venez avec votre enfant réaliser un nichoir pour accueillir les petits passereaux au jardin. Vous repartez avec votre nichoir !

**Dimanche 23 février de 10h à 17h**

**15 €**

### **S'initier au plessage**

Redécouvrez cette technique traditionnelle d'entretien de la haie champêtre qui consiste à entailler les jeunes arbres pour les plier à l'horizontal et ainsi réaliser une barrière vivante et durable.

**Dimanche 30 mars de 9h30 à 17h30**

**60 €**

### **Économiser l'énergie avec la marmite norvégienne**

Comment cuisiner de bons petits plats tout en économisant l'énergie ? En adoptant la marmite norvégienne ! Procédé qui économise au moins 50% d'énergie tout en conservant toutes les qualités nutritionnelles des aliments !

**Venez fabriquer la vôtre et repartez avec !**

**Samedi 26 avril de 10h à 18h**

**45 €**

### **Vannerie et macramé pour le jardin**

Vous alternerez sur 2 groupes pour pratiquer la vannerie rustique avec un vannier et vous découvrirez le macramé pour agrémenter votre jardin, en créant une suspension.

**Et vous repartez avec vos créations.**

**Dimanche 27 avril de 14h à 18h**

**Gratuit**

**C'est le printemps : troquons nos plantes,  
boutures, graines, plants et arbustes ! Et  
profitons du marché artisanal !**

**Mercredi 14 mai de 14h à 18h**

**\*35 €**

### **Préserver la qualité de l'air de son logement**

Pour limiter la pollution de l'air intérieur, venez découvrir et fabriquer vos pots-pourris, bougies et parfums d'intérieur à base de cire végétale, de fleurs et de fragrances naturelles.

**Samedi 17 mai de 10h à 17h**

**\*35 €**

### **Fabriquer son four solaire**

Cuisiner avec un four solaire, une belle manière d'économiser l'énergie ; idéal pour cuire vos gâteaux, compotes mais aussi les céréales... Facile à construire et très léger, vous le déplacerez sans problème même en camping.

**Dimanche 18 mai  
de 14h à 17h30**

**adulte 10€  
enfant 5 €**

### **Découvrir l'apiculture en famille**

Avec vos enfants ou petits-enfants, découvrez le monde fascinant des abeilles et la vie très organisée au sein de la ruche, visitez le rucher, récoltez le miel et participez à un atelier cuisine pour réaliser caramels et pain d'épices au miel !

**Samedi 14 juin de 10h à 17h**

**\*35 €**

### **Les plantes sauvages s'invitent à votre table !**

Vous partirez à la découverte des plantes sauvages comestibles puis vous cuisinerez votre récolte pour confectionner un repas plein de saveurs et autres gourmandises salées et sucrées à partager.