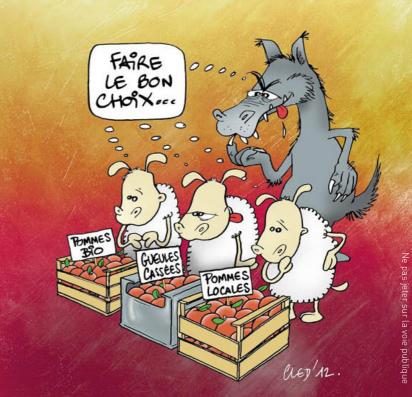


Guide de l'agglo à l'usage du consommateur éco-responsable

Un hors-série

LES ANTENNESN°3 - avril 2017



Okoloco, kesako?

Entendez-vous ce chant qui monte dans notre agglo? Nous sommes de plus en plus nombreux à avoir envie de vivre et de consommer en étant vigilants sur la provenance des produits et sur les modes de production.

Producteurs et acteurs locaux sont aussi de plus en plus nombreux à vouloir vivre décemment de leur activité en restant proches de leurs valeurs, en prenant soin de la nature et des hommes. Nous en avons compté près d'un millier autour de nous.

Okoloco est donc un mixte d'écologie et de local soudé par du solidaire. Que serait l'écologie sans la fraternité et le souci de l'autre ? Que serait l'écologie s'il elle n'était pas d'abord humaine, si elle n'inventait pas des modes de consommations durables, désirables, au service de tous ? Okoloco est une vitrine qui met en scène et valorise une diversité d'initiatives locales, Okoloco se pose un peu comme un contre poids à la mutliplication des franchises au centre ville, au pouvoir des grandes surfaces et des multinationales. Okoloco est un peu notre Cocorico local!

Anne Benoit-Janin



Sommaire

p. 3: Notre coup de coeur

p. 4: Resto, bio/locaux/solidaires

p. 5-7: Produits locaux/bio

p. 8 -9 : Les services en vélo et pour le vélo

p. 10-11 : Savoir pour agir

p. 12-15 : Bien-être au naturel

p. 16-17 : Et les hommes...

p. 18: Déco écolo

p. 19: Pour une deuxième vie

p. 20 : Créateurs d'ici

p 21: Habiter autrement

p 22-23: Horoscope vert



Doyenne du naturel

Yolande Barrat a fêté ses 80 ans l'année dernière. Elle a travaillé dans la « grosse cosmétique » pendant près de 40 ans.

Elle gérait 3 magasins à Grenoble, faisait un chiffre d'affaire d'un milliard de francs par an et vivait dans la Jet Set. Nous nous sommes demandés comment elle en était venue à créer sa propre marque de cosmétique bio, il y a de ça près de 30 ans.

« A partir de ce que me disaient mes clientes sur le vieillissement de leur peau, je me suis intéressée aux solutions qui empêchent la fuite de notre collagène. Les principaux matériaux de notre peau, c'est l'acide hyaluronique et le collagène qui est la colle de notre corps. Après 40 ans, ça descend pas mal... Plus on en perd et plus c'est difficile de sauter à la corde (dit-elle avec le sourire). J'ai compris que si on prend du collagène synthétique en complément

alimentaire, il est rejeté tout de suite par le corps. Donc je me suis orientée vers des produits naturels et j'ai créé une marque avec peu de produits. Pour moi, utiliser des produits naturels, c'était évident mais le bio, ça n'existe pas! Tout sort des océans et des terres qui sont déjà pollués. On va vers plus de naturel, ok, mais le bio, il faut pas rêver... Il y a nécessairement du conservateur, sinon, les produits moisiraient.»

Aujourd'hui, Yolande Barat tient toujours son institut de beauté. Très vive, drôle et alerte, la rencontrer, est une vraie cure de jouvence.

yolande-barat.com

A.BJ



Restaurant «Le 5 »: A chaque repas, 1 euro est reversé au projet 3 étoiles solidaires de la banque alimentaire qui vise à distribuer des repas aux plus démunis tous les jours - 5 place Lavalette, Grenoble

Café des enfants: que vous soyez en famille, entre amis, notre équipe vous accueille pour le petit déjeuner, le repas du midi ou le goûter. Ambiance adaptée à toute la famille - 04.76.29.57.71 - lasoupape.fr

Galerie-café La Vina: boissons bio/équitables, expos, conférences, concerts, livres, finance éthique, tourisme solidaire... 12 place Notre-Dame, Grenoble-06.46.68.48.79-lavinagaleriecafé.fr



Le café des voisines : café-resto convivial. Plat du jour, goûter d'anniversaire. Cuisine saine, produits locaux de saison. 9 rue Môquet, Grenoble - 04.76.49.31.03 - cafedesvoisines.blogspot.fr

Pause Bio: jus, salades, soupes, desserts, thés, cures detox. Tout y est bio, frais et sain. 3, rue Jean-François Hache, Grenoble - 04.76.41.01.99 - pausebio.com

Manger local, c'est moins de trafic sur les routes, donc moins de pollution et une meilleure qualité des produits choisis en fonction du terroir et non pour leur qualité de résistance.

On veut plus de bio ! 90 % des sondés* souhaitent une transition environnementale et alimentaire et une réorientation des subventions vers le bio. Pourtant, l'agriculture biologique en France ne concerne encore aujourd'hui que 6 % des exploitations. Ce chiffre est à peu près équivalent dans notre département. * Sondage Ifop 14 mars 17

Coopérative agricole du Grésivaudan: 100% local. 50 agriculteurs vous proposent des produits de qualité: fruits, légumes de saison, fromage, viande, volailles, miels, vins... - 661 Route de Chambéry, St Ismier

L'Equytable : Un large choix de produits frais et locaux sous forme de paniers et de commandes groupées! - 04.76.29.22.13 - lequytable.fr

Labelbio : vente de fruits et légumes bio et locaux dans l'agglo, en point-relais et sur les marchés de Gières, Vizille et Sassenage - **labelbio.org**

Jardin de la solidarité (30 salariés en insertion) propose : paniers de légumes bio, plants d'arbres/arbustes/fleurs. Locations sapin de Noël, entretien espaces verts. **04.76.35.01.69**

DesClics Paysan: pour composer, selon ses besoins, en un clic, son panier bio, local et solidaire. Nouveau lieu de livraison au coeur de Grenoble, à Hoche: Bar Tabac Le Marine - desclicspaysan.fr

les jardins de la dernière pluie : tous les lundis de 17 à 18h, récoltez vous-même de très bons légumes de saisons bio, à 2 pas de Grenoble - 6 chemin de l'île d'Amour, Meylan - 06.33.06.34.95





BE TSARA: Producteur distributeur d'huiles essentielles Grenoblo-Malgache de Ravintsara éco responsable. Retrouvez-nous à CASABIO Chorier et Libération ou sur - **betsara com**

NOIX ET NOIX propose 3 produits 100% bio pour les gourmands et les sportifs : barres aux noix - barres noix-figues-raisin (sans sucre ajouté-sans gluten) - carrés aux noix - noixetnoix.fr

Les noix sont des fruits reconnus pour leur richesse en protéines, vitamines et minéraux, mais surtout pour leur forte teneur en acides gras polyinsaturés de la famille des oméga-3 et oméga-6.

NB: L'appellation **«noix de Grenoble»** vaut uniquement pour la noix en coque (pas pour les cerneaux. Il n'est pas possible d'écrire que nos produits sont issus de noix de Grenoble.

noixetnoix.fr/sante



La Dauphine: vous propose une gamme de plus de 20 références de bières artisanales et locales. Il y en a forcément une pour vous! - la-dauphine.fr

GAEC d'Allicoud : Producteur de blé, farine, pain et pâtes bio à Villeneuve d'Uriage. En vente : Biocoop, Herbe et coquelicot, Un bout de campagne, marché de Tavernolles - **fermeallicoud.com**

La Tisanerie de Montgoutoux : En plein cœur de Belledonne, je cueille en BIO des plantes aromatiques et médicinales que je transforme en tisane, pesto, sirop... - 06.87.57.50.34 - FB

Les moutons d'Aline : viande d'agneaux élevés sous la mère, plein air, le plus naturel possible. Merguez, saucisses, pâté sous vide - **Plateau matheysin - 06.74.84.20.14 - Livraison possible**



80 % de tous les antibiotiques produits dans le monde, sont utilisés non pas pour soigner les animaux, mais pour faciliter leur prise de poids. Les jardins d'en haut : Perchée à 1600m, à Villard Reymond, dans un cadre somptueux, proche du parc des Ecrins, Chantal cultive du génépi et des petits fruits sans engrais ni pesticide. Elle cueille aussi ail des ours, myrtilles, et cynorhodons. Elle transforme ces produits en confiture, apéritif, digestif, sirop et condiment - lesjardinsdenhaut.fr

De tout temps les plantes d'altitude sont précieuses. La fameuse **Chartreuse** en contient plus d'une centaine dont l'emblématique vulnéraire.



MAGASINS ET RESTAURANTS, BIO DEPUIS 1971

CASABIO CHORIER

32 Rue Nicolas Chorier 38000 Grenoble

04.76.48.82.32 chorier@biocoop-casabio.com DU LUNDI AU SAMEDI : 9h - 19h

CASABIO LIBÉRATION

34 Cours de la libération 38100 Grenoble

04.76.23.98.60 liberation@biocoop-casabio.com DU LUNDI AU SAMEDI : 9h - 19h15

CASABIO ST-ÉGRÈVE

22 Avenue de l'île brune 38120 Saint-Egrève 04.38.75.04.90 stegreve@biocoop-casabio.com DU LUNDI AU SAMEDI : 9h - 19h

WWW.BIOCOOP-CASABIO.COM FACEBOOK.COM/BIOCOOP.CASABIO



00

Voyagez de 5h à 1h du matin dans la Métropole grenobloise avec votre ticket, votre smartphone ou votre carte OùRA! Pour 1,50 euros, voyagez pendant 1h autant de fois que vous le voulez. Et avec le ticket Tribu, déplacez-vous en famille jusqu'à 5 personnes pour seulement 5 euros toute la journée! Pensez également aux P+R, gratuits avec un titre TAG!

Mon coursier de quartier : Gloria vous transporte avec son vélotaxi. Elle livre aux particuliers et professionnels. Son vélo, un bon support pour afficher vos messages - 07.64.10.11.68 - FB

O'Parc d'Amour : Brigitte vous propose à vélo : glaces, barbes à papa, popcorn, gaufres, dans les parcs de l'agglo et pour vos événements festifs et professionnels - **06.16.13.61.00 - bavg.fr**

BicycloPresto : Entretiens, réparations, livraisons à vélo sur Grenoble et agglomération. Vous travaillez, je répare et me déplace en entreprise ou à domicile - 0663957156 - bicyclopresto.fr

Tout en vélo : Transport et déménagements à vélo de 1 à 300kg, pour particuliers et professionnels. Devis gratuit - **06.71.60.58.38 - grenoble@toutenvelo.fr**

Taxis, livraisons, déménagement, restauration, dépannage, bav.grenoble@gmail.com lesboitesavelo-grenoble lesboitesavelo-grenoble

Vrai ou faux?

Faire du vélo en ville c'est dangereux.

Réponse : statistiquement, il n'est pas plus dangereux de circuler à vélo que d'être piéton.



ustalshero

GRENOBLE & LAC DE PALADRU

BOUTIQUE **ATELIER** LOCATIO ROUTE **ELECTRIQUE** Génération vélo: réparation et vente de vélos depuis 10 ans. Vélo de voyage, électrique, ville, fixie, triporteur, remorques et accessoires - 33 rue de Stalingrad, Grenoble - 04.76.50.65.71

Vasimimile: relooke le gilet jaune et propose des accessoires de visibilité made in Rhône-Alpes, réalisés par des personnes handicapées - vasimimile.fr

Com et Sens: vous avez des idées pour faire du vélo en ville par tous les temps sans sacrifier votre look? Participez au concours de mode et au défilé du 21 mai durant la «Faites du vélo» - 06.16.25.71.19



Contrairement aux idées recues, le cycliste est moins exposé que l'automobiliste à la pollution de l'air, même avec un taux d'inhalation plus élevé du fait de l'exercice. La pollution se concentre au ras du sol, or les cyclistes sont au-dessus des voitures.

Association Pangolin : Association d'accompagnement au numérique pour les jeunes. Ateliers ludiques, prévention des risques et conseils! association-pangolin.org

Ici Grenoble: Ici Grenoble est un agenda alternatif de l'agglomération grenobloise : rencontres, films, ateliers, spectacles, concerts...- ici-grenoble.org

Sortir en famille ? Rien de plus facile avec le journal Minizou et son site: minizou.fr! Spectacles. ateliers, expositions, balades, festivals, sorties cinéma... Toute l'actualité du jeune public est là!

Le Cairn : une monnaie locale complémentaire pour favoriser des échanges économiques plus riches et plus durables - contact@cairn-monnaie com

Orientation Felicity: orientation métiers, bilans, coaching emploi, TRE, création/reprise entreprise, VAE - 04.76.42.59.47 - orientation-felicity.fr

Les Antennes : le journal qui rend les moutons intélligents! Un webmédia pour une information vue par les habitants et les acteurs associatifs de l'agglo - lesantennes.org

isere-lombri.fr

Un site interactif où vous pouvez :

- Récupérer des vers pour votre lombricomposteur gratuitement
- Devenir donneur de vers en vous inscrivant sur
- Trouver des informations sur le lombricompostage via nos liens et notre espace ressource
- Trouver les acteurs qui vendent des lombricomposteurs, proposent des formations, des ateliers sur le lombricompostage





04.76.44.14.38 isere-lombri.fr **Gentiana** œuvre pour la connaissance et la préservation de la flore sauvage de l'Isère. Partez à la découverte du monde végétal lors des balades botaniques, stages, conférences...! - gentiana.org

Terre vivante : le Centre écologique de Mens vous accueille tous les jours cet été pour une découverte joyeuse de l'écologie. Tous les événements (Porte ouverte, La Grande Lézarde) sur : centre terrevivante.org - 04.76.34.36.35



En mai, 3 conférences au Museum d'Histoire naturelle : - Imiter les prouesses de la nature : écologie et biomimétisme. - La permaculture urbaine : comment cultiver sur des petits espaces, sur les toits, balcons, dans la rue ? - Les intolérances alimentaires : comment vivre avec ?

terrevivante.org - museum-grenoble.fr





https://rhone-alpes.enercoop.fr

contact@rhone-alpes.enercoop.fr

Séjours bien-être atypiques dans des chambres d'hôtes romantiques, déco baroque. Table d'hôtes bio, remise en forme, massage... Corinne Pacchiano, Naturopathe - **santenaturo.com**.

Résonances à Europole : méditation, sophrologie, psychologie relationnelle, yoga et pilates. Des ateliers pour prendre soin de votre corps et de votre tête, en conscience - **resonances-grenoble.com**

La Bulle de Bonheur: Cours collectifs: gymnastique, danse, chant, Qi Gong, yoga, méditation, enfants, mamans... et aussi Santé / coaching / conférences - Locaux à Grenoble - bulledebonheur.fr

Prendre soin de soi, être avec soi: Shiatsu, relaxation coréenne, massage californien, réflexologie plantaire. Sandrine Angulo, formée à l'école du Toucher JL Abrassart - 06.41.67.84.05

L'ayurvéda : médecine indienne. Adeline Moreau propose des massages individualisés et naturels. - 06.30.16.50.90 - ayurvedamassageetsoins.fr

Perle de jument: production de lait de jument bio du Vercors et fabrication de cosmétiques et compléments alimentaires au lait de jument bio aux vertus cicatrisantes et apaisantes - perle-de-jument.com





Connu depuis l'Antiquité, le lait de jument est utilisé en cosmétiques et en compléments alimentaires. Sa propriété principale est la régénérescence

cellulaire, d'où une cicatrisation rapide et des effets raffermissants et anti-âge.

perle-de-jument.com

Ethik'Beauté: au coeur de l'Ile Verte, un cadre paisible et chaleureux, une philosophie consacrée aux bienfaits de la nature, des soins personnalisés 100 % biologiques. Grenoble - 06.76.87.60.71

Coiffure Etienne: coiffure Bio. Coupes et coiffages intuitifs. Décodage et conseil. Soins colorants 100% végétaux. Au Col de Vence (Corenc) et à domicile - 06.50.85.18.35 - coiffure-etienne.com

Face à la conscience de la pollution, les coiffeurs se dirigent vers les produits « sans ammoniaque » symbole, du mal a éviter! Celui-ci est alors remplacé par de l'éthanolamine, pas vraiment plus sympathique, même s'il sensibilise moins le cheveu. Tous les composés chimiques utilisés dans les colorations sont extrêmement allergisants et très fortement soupçonnés d'être cancérigènes. Ils sont interdits dans la plupart des industries, sauf en coiffure, où ils sont tolérés a hauteur de 6%!

etienne.quintens.over-blog.com/

Philemon : passé-recomposé, Philémon-1889 le mâle heureux décomplexe le soin masculin dans un univers 100% homme, 100% authentique et 100% français. On n'a rien sans mâle! - philemon1889.fr

Anaturea : ateliers et événements cosmétiques bio, conseil dermo-cosmétique naturelle, vente d'ingrédients et de cosmétiques bio - 06.20.63.38.36 - anaturea.com

Savonnerie Canola : fabrication artisanale de savons naturellement doux pour la peau, certifiés BIO par «Nature et progrès». Nous faisons la part belle aux ingrédients locaux - **Vaulnaveys - canola.fr**

Institut de beauté et cosmétiques **Yolande Barat**

Faites la guerre aux rides avec la nouveauté révolutionnaire : le complément alimentaire au collagène marin/acide hyaluronique





8 place de Metz, Grenoble - 04.76.17.05.38



Le Bô, utilisé dans les arts martiaux, a été mis au point dans un but d'améliorer la circulation du Qi, l'énergie vitale, favorisant ainsi l'équilibre du corps et de l'esprit.

Chaque pratiquant de Bô développe la concentration, la coordination physique et respiratoire, la maîtrise de soi, le centrage, l'équilibre et contribue à l'assouplissement ainsi qu'au renforcement musculaire.

Le Bol d'air jacquier est une méthode d'oxygénation cellulaire via un appareil diffusant une huile essentielle de térébenthine qui est transformée par peroxydation. Respirer cet air rempli de molécules aromatiques non allergisantes pendant plusieurs minutes permet au corps d'oxygéner ses cellules en profondeur et de lutter contre l'hypoxie. Les bienfaits sont multiples : vitalité, nettoyage des cellules, meilleur sommeil, ...

holiste.com



LA VIE CLAIRE GRENOBLE vous accueille le lundi

vous accueille le lundi de 14H à 19h30 et du mardi au samedi NON STOP 9H-19H30

VENEZ essayer le «bol d'Air Jacquier», une méthode révolutionnaire pour oxygéner vos cellules et renforcer votre bien-être.

1 SEANCE de 2' OFFERTE sur présentation du guide «Okoloco»!

38 cours berriat 38000 Grenoble - 0476471858

 Stage de deux jours avec Yaël Roche, Karinn Helbert et Ahmed Abdelhak El Kaab, maître So 10 et 11 Juin - 22 et 23 Juillet

• Concert Tarif 20 € «Ecoute Méditative» 8 ou 9 Juin / 20 Juillet 19h30-20h30

«Corps et Cristal» Massages individuels/couple 9/12 juin et 21 juillet

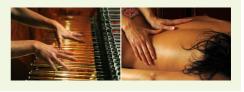
• Cours hebdomadaires d'IhI5 Yaël Roche Sono-thérapie avec bols de Cristal, Respirations, Yoga, Mantras, Méditation.

• Mini stage Yaël Roche le S 13 Mai 10h-14h

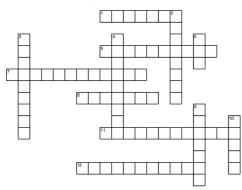
Yaël Roche 06 675 675 61 yael.eveil@hotmail.fr FB:https://www.facebook.com/yael.rochedaniel **Kiff ton body!** Coaching corporel et minceur. Cours particuliers yoga, renforcement musculaire - Julie Lacombe - 06.61.87.58.28 - lecorpsetlesprityoga.jimdo.com

De la musique pour se ressourcer : le Cristal Baschet est un instrument de musique rare fabriqué à l'unité. Il se joue les doigts mouillés sur des archets de cristal ou de verre. Le son du Cristal, doux et très présent, permet le lâcher prise.

La vibration particulière reçue par le corps est comme un signal d'harmonisation qui favorise la circulation de l'énergie. Il nous procure un véritable ressourcement intérieur.



Savez-vous parler écolo?



1/Sans artifice

2/Qui a des limites

3/Ce n'est pas le juste milieu mais presque

4/Qui manifeste de l'empathie pour ses semblables

5/Qui n'est pas plein de pétrole

6/Qui va dans le même sens

7/ La différence, c'est la vie

8/ A l'opposé de l'obsolescence programmée

9/Aux armes!

10/ Couleur au féminin

11/ Une méthode de culture proche de la nature

12/Celui qui consomme en se souciant de la provenance Retrouvez **l'agenda militant, citoyen et engagé de l'agglo** (conférences, débats, manifestations, action collectives...) sur **lesantennes.org**

Pas simple la recherche d'emploi!

Choisir un accompagnement personnalisé c'est agir réellement pour un CV percutant, des lettres et dossiers adaptés, un entraînement à entretiens. Un coaching, mené par un organisme de formation, peut être pris en charge.

orientation-felicity.fr



Rejoignez le réseau des acteurs locaux sur le Facebook d'Okoloco



Ulisse Services : Mise à disposition de personnel à domicile (ménage écologique, vitre, repassage...) - **ulisse38.com - 04.76.44.93.71**

Amazigh Trekking: notre terrain de jeu: le Maroc. Séjours solidaires et équitables. Voyages sur mesure pour tous. Randonnées, trek et VTT - amazigh-trekking.com - 06 23 32 33 14



Happy Baby box : coffret cadeau 100 % local d'activités parents-bébé (ateliers de massage bébé, yoga maman-bébé, portage en écharpe...) - happy-baby-box.fr

mon petit öko, depuis 11 ans, c'est tout en bio ou écolo, pour le bébé, l'enfant et la maison - 6 rue Brocherie, Grenoble - 04.76.44.72.19 - monpetitoko.com



Savez-vous qu'il existe de véritables labels bio pour le textile ?

Parmi eux, le label GOTS. Ses critères s'appliquent de la graine semée jusqu'au produit fini

(traitement des fibres, colorants utilisés), et incluent aussi les conditions de travail et la rémunération des salariés. Dommage qu'il n'existe pas (encore?) de certification aussi globale pour d'autres produits, les jouets ou autres biens d'équipement, par exemple.

Alexandra et Frank - MON PETIT ÖKO

Esprit carton : propose des ateliers pour créer des meubles et objets en carton, uniques, solides, durables, écolo (carton recyclé). Fontaine - 04.56.00.33.83 - esprit-carton.fr

Entropie : propose des stages de fabrication de mobilier en bois et d'objets écologiques (fours solaires, ruches) - entropie@gresille. org - asso-entropie.fr

Les Colibris : atelier de création textile et art-thérapie /De l'expérience artistique à l'expression de soi / Dessine-moi une émotion atelierlescolibris.com - 06.72.92.14.60

Okoloco, est un hors-série des Antennes de poche (ISSN 2498-1206), édité en 15 000 exemplaires par l'association Composite, 19 rue Docteur Mazet, 38000 Grenoble. Tél. 0438129059. Email: lesantennes@gmail.com.

Directrice de publication et rédactrice en chef: Anne Benoit-Janin. Ont participé à ce numéro: : Fanny Baridon, Rosalle Hurtado, Christelle Roussel-Galle. Maquette : Composite. Publicité : Com Elle 0616257119. Imprimerie Notre Dame. Ce journal est imprimé 100% papier recyclé, 100% désencré. Okoloco a été soutenu

dans le cadre du Fonds de Participation Métropolitain.

www.lesantennes.org





Marie Nature La nature pour toit!



Matériaux écologiques Produits sains pour le quotidien





223 rue Barjon ZA La Piche Valmorge - 38430 MOIRANS

Tél: 04 76 67 07 53 - Mail: contact@marienature.fr

L'Etagère à Poulette : Ne jetez plus vos meubles! Offrez leur un nouvel éclat. Réalisations uniques et personnalisables avec l'étagère à Poulette - 06.87.00.35.33 - letagereapoulette.fr

Les ateliers Marianne chantier d'insertion, transforment des matières brut et de récupération, en pièces uniques stylisées et originales. Travail du bois, du métal et de la couture. Commandes personnalisées et industrielles. Fabrication 100 % locale, solidaire et écoresponsable. Boutique ouverte mardi et mercredi, 10h00/16h00 - Pont de Claix - 04.76.99.99.60 - lesateliersmarianne.fr

Ulisse Grenoble Solidarité: Ressourcerie/boutique solidaire avec service de débarras à domicile depuis 1985 - **ulisse38.com - 04.76.26.66.94**

🙈 La solution bidon du siècle.

«Alors que la crise bat son plein, que le chômage atteint des records, la consommation des ménages est en berne. C'est dans cette Amérique des Années 30 que Bernard London pose l'obsolescence programmée comme une solution pour permettre de renouer avec la croissance.»

Un objet en panne ou cassé ? Venez le réparer au Repair Café !



FONTAINE Centre social George Sand - 14 bd Joliot-Curie

MEYLAN LCR Granier - Rue des Tisserands (face au 29bis av. du Granier)

MONTBONNOT-SAINT-MARTIN Maison pour Tous - 292 chemin de Savardin

PONT-DE-CLAIX Centre social Jean Moulin - 12 rue du Docteur Valois

SAINT-EGREVE Maison des Solidarités et des Familles - 38 rue de la Gare

SAINT-MARTIN-D'HERES Espace Elsa Triolet - 7 rue Elsa Triolet

SEYSSINET-PARISET Centre social L'Arche - 79 av. de la République

Plus d'informations sur repaircafe.org/fr/visiter/

Pourquoi jeter quand on peut réparer ? Aujourd'hui, nous jetons énormément, y compris ce qui est à peine abimé. Réparer n'est plus chose courante : ça coûte trop cher... ou bien nous ne savons pas comment faire.

Le Repair Café change la donne! Au Repair Café, les habitants viennent remettre leurs objets en état avec l'aide de bénévoles expérimentés en électricité, électronique, mécanique, informatique, etc. Au final, moins de gaspillage, moins de déchets, et un agréable moment de convivialité...

Peinture décorative : fresques et meubles peints. Catherine Angot, artisan d'art à votre service - 06.02.29.27.63 - peinture-angot.com

Isabelchoz : Création et confection en maroquinerie, textile... Pratique et astucieux pour un brin de fantaisie au quotidien - **isabelchoz.com**

Atelier Lu-Du: artisan bijoutière création bijoux sur-mesure. Collection argent&or, Grenoble -06.61.62.37.01 - lu-du.com

Okoloco: Si vous aussi, vous pensez que vous avez toute votre place dans Okoloco, adhérez à notre association: www.lesantennes



Tereza Fernandes : Avec les vêtements que je conçois, plus besoin de retourner les bébés. Ils offrent une ouverture complète selon votre besoin: bras, côtés et jambes! - **terezafernandes.com**

Les Bonzarts : ateliers et stages arts plastiques, loisirs créatifs, théâtre et écriture, pour adultes, enfants et adolescents dans l'agglo. Intervention en institution - **symphorinne.over-blog.com**

Badiane Créations : confection de vêtements et accessoires pour la femme et pour l'enfant, dans lesquels on se sent bien. **Atelier-boutik - St Pierre de Chartreuse - badiane-creations.com**



Association Les Habiles agit pour favoriser l'émergence et la réalisation de projets d'habitat participatif en Isère. contact@leshabiles.org - 04.82.53.19.62

Felicity Home: approache novatrice de l'immobilier. Feng shui: cours, audits. Consultations. La Tronche - 04.76.42.59.47 - felicity-home.fr

Archi/Ecoconstruction/Paille: Mathilde Lapierre réunit architecture et écologie par la mise ne valeur de matériaux naturels - 4 06.95.29.38.71

Savez-vous que la construction de bâtiments en bottes de paille présente de grands avantages ? Isolant thermique (sa première qualité) et phonique, il est aussi économique... D'un point de vue environnemental, c'est un matériaux qui ne subit pas de transformations en usine et qui va directement du champ au chantier, minimisant ainsi les transports et favorisant les filières locales.

Le feng shui est l'art ancestral chinois de faire circuler l'énergie vitale (chi) dans les habitats. Il suppose que nos lieux de vie personnels et professionnels ont une incidence sur nous. Ainsi, il propose de prendre soin de sa maison ou de son espace de travail pour influencer positivement notre santé, nos relations, nos affaires. Utile aussi pour des choix immobiliers et valoriser les biens.

felicity-home.fr



Taureau: tu n'aimes pas le conflit, tu voudrais que les gens arrivent à mieux se comprendre. Tu veux vivre dans un monde plus harmonieux. L'amour et l'entente, c'est aussi de l'écologie. Pour t'aider, n'hésite pas à lire, à suivre un enseignement...

Gémeaux : les choses vont tellement vite que tu as l'impression que cela ne dépend pas de toi. Et tu aimes tellement dépenser ! Avant d'acheter une nouvelle robe ou un nouveau téléphone, demande l'avis d'un(e) ami(e), d'un(e) expert(e)...

Cancer: Houlala, tu veux rompre avec ce qui entrave ton évolution? Tu veux redonner du sens à ta vie? Posetoi, fais le point et demande-toi ce pour quoi tu es fait(e).. Et réjouis-toi, tu vas y arriver.

Lion: tu as du mal à ne pas gaspiller l'énergie? Rappelle-toi que c'est celle qu'on ne consomme pas qui est la meilleure. C'est vrai que cela demande de l'attention au quotidien... mais c'est très gratifiant. Et tu ferais un bon ambassadeur ou ambassadrice.

Vierge: l'augmentation de la pollution t'effraie? La mort des abeilles te désespère? Ne te laisse pas envahir par tes peurs. Retourne voir le printemps qui grandit. Tu retrouveras l'espoir et en même temps la force de dire ou de peindre... Balance: l'écologie, tu ne veux pas en entendre parler ou tu veux en mettre partout? Mais tu ressens et tu vois tellement de choses! Tu en sais plus que les autres, d'accord, mais pour mieux te faire comprendre, écoutetoi un peu plus.

Scorpion: cette année, tu passes au vert et tu agis. Tu peux investir dans une maison passive? Tu as un nouveau travail plus humain? Tu as réussi à convaincre ton ou ta conjointe de partir vivre à la campagne? Il y a un bon changement dans l'air...

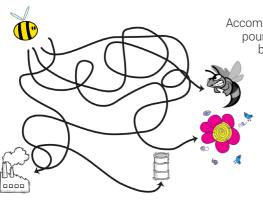
Sagittaire: tu manques de vitalité? La nature possède des secrets incroyables que tu ne dois pas enfouir. N'hésite pas à te faire aider par les plantes et autres médecines douces pour guérir de tes souffrances physiques.

Capricorne: l'écologie, c'est ton monde. Cette année, encore plus que les autres. Tu aimes la nature et elle t'envoie un flot d'idées pour mettre en pratique une écologie joyeuse, romantique et imaginative.

Verseau: tu ne te laisses pas embarquer par l'agitation extérieure. Les choses t'attristent mais tu réfléchis, tu fais attention à ton hygiène de vie, tu as envie de vivre simplement. Tu connais les bienfaits du yoga et du sport. Tu sais qu'il faut commencer par soi-même.

Poisson: ah les excès du poisson! Agir de manière responsable, heu, comment lui dire? Tu n'aimes pas te restreindre parce que tu n'aimes pas te sentir coincé(e). Et si tu pensais autrement et trouvais le moyen d'agir pour la planète en t'amusant par exemple...

Hélène Vara



Accompagne la jolie petite abeille jusqu'aux fleurs pour qu'elle butine leur pollen et produise un bon miel bio et local! Attention aux espèces invasives, aux pesticides et à la pollution!

Le frelon asiatique s'installe en Isère. Il est essentiel de détruire les nids l'été ou l'automne, dans des conditions de sécurité optimales. Le réseau FREDON / FDGDON Rhône-Alpes vous propose une formation: 04 37 43 40 73

Réservez, dès aujourd'hui, le prochain Okoloco.

En adhérant à l'association Composite, vous recevrez le guide chez vous et l'actualité des Antennes.

Remplissez et renvoyez ce coupon à : Composite, 19 rue docteur Mazet, 38000 Grenoble, accompagné d'un chèque de **5 euros**.

Adresse mail :

C NO	PRIMERIE TRE DAME
Devis et commande en ligne sur <mark>imprimer</mark>	ienotredame.com
Entreprise certifiée	BUREAU VERITAS Certification Certificat n° FR014479-1





