

Les HÉROS du ZÉRO DÉCHET!

LE GUIDE DES PARENTS



*Pour préserver la planète
et notre santé!*

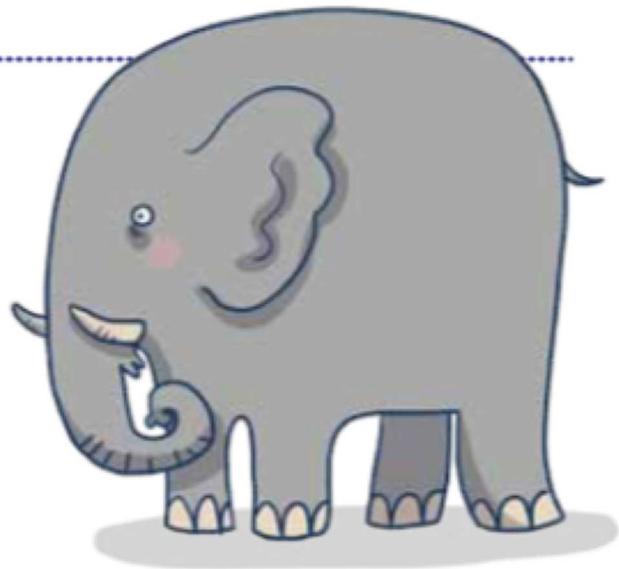




*Pourquoi
réduire nos
déchets ?*



590 kg / an



*Chaque Français produit en moyenne **590 kg*** de déchets par an, cela fait plus de 2 tonnes pour une famille de 4 personnes: c'est le poids d'un éléphant!*

Mais ce n'est pas tout...

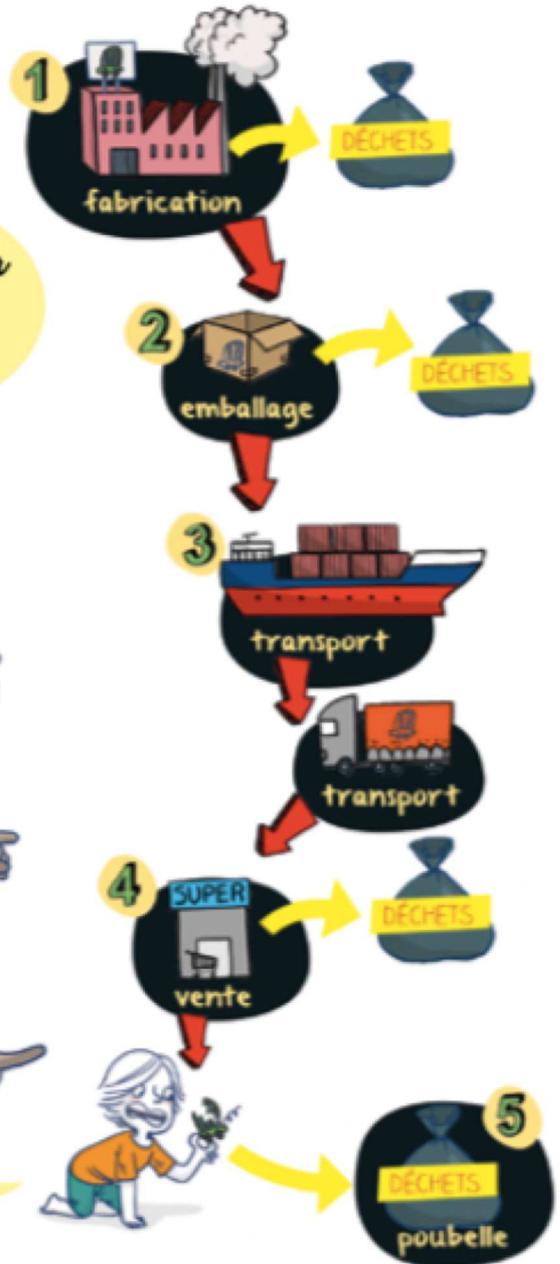
Chaque objet a besoin d'une énorme quantité d'énergie et de matières premières pour sa fabrication, son emballage et son transport :

on appelle cela le sac à dos écologique.



Oh mince, mon jouet est déjà cassé!

Tout ça pour ça...



Le sac à dos écologique des objets du quotidien

50 g

1 brosse à dent

1,5 kg de déchets*

600 g

1 jean

32 kg de matières premières

+ 8 000 l d'eau**

1 tonne

1 voiture

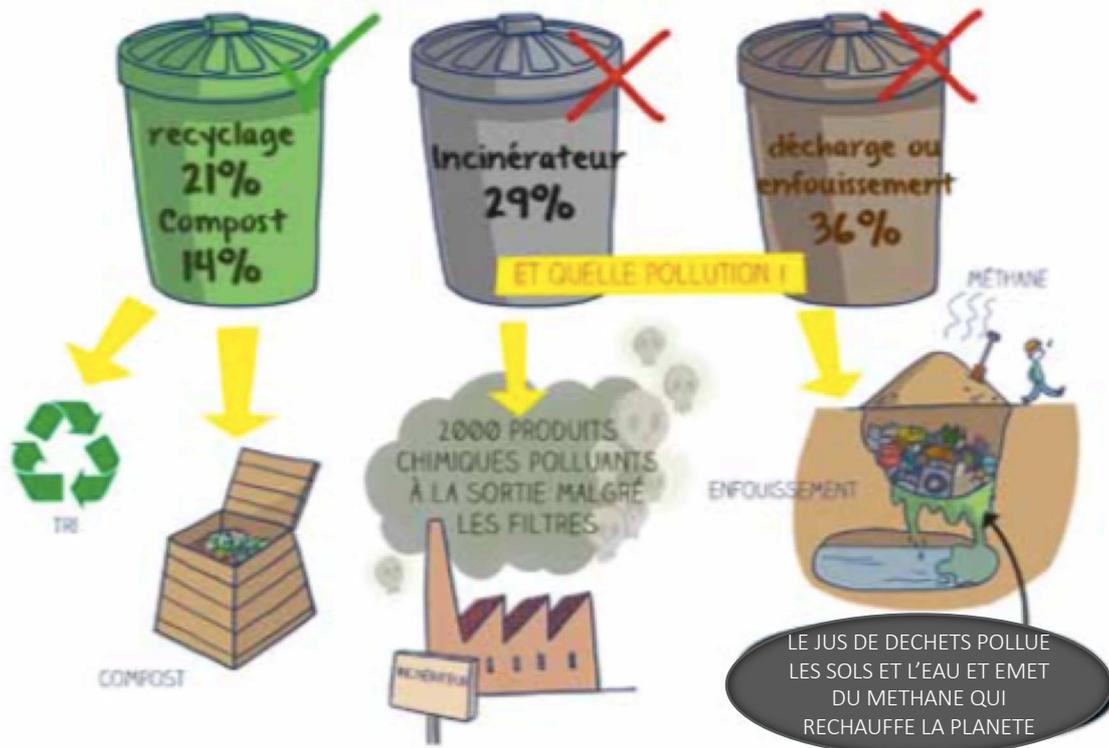
70 tonnes de matériaux divers*

* belgium.be/fr/environnement
** ecoconso.be



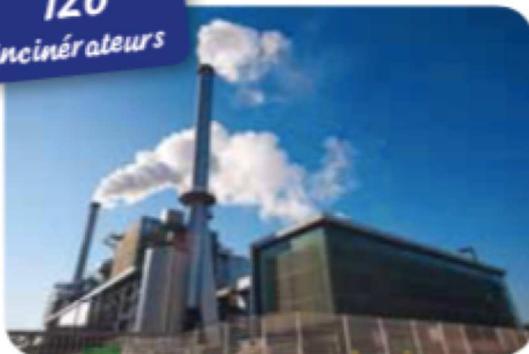
Que deviennent nos déchets...

... lorsque le camion poubelle les emporte ?



*En France, 2 déchets sur 3 finissent en fumée ou dans un trou!
Cela génère une pollution de l'air, des sols et de l'eau.*

126
incinérateurs



© Benjamin Has san

236
décharges



© Kaband

... et lorsqu'ils sont jetés dans la nature ?



Les déchets jetés dans la nature mettent beaucoup de temps à se dégrader et génèrent une pollution encore plus importante. Bien souvent, « jeter par terre, c'est jeter en mer ».

LES TRUCS ET ASTUCES

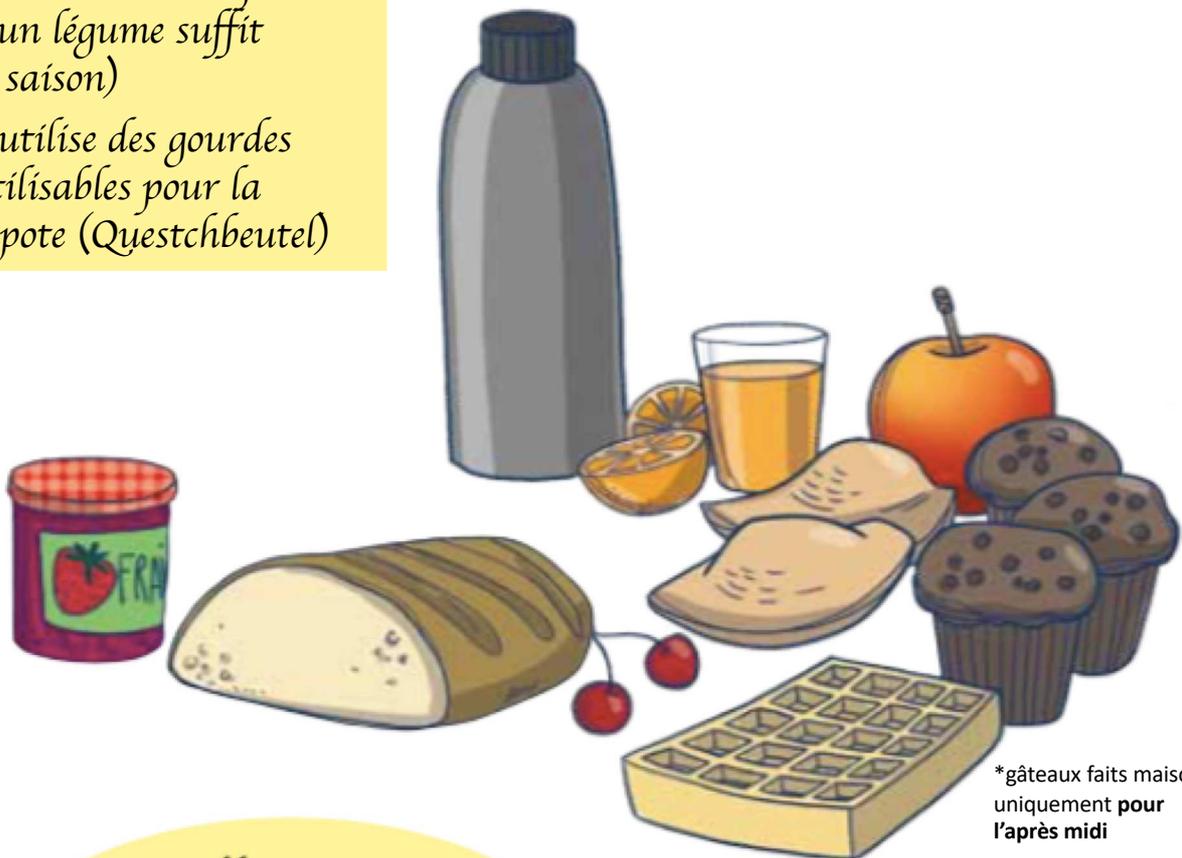
pour aider nos enfants

**A DIMINUER LES
DÉCHETS À L'ÉCOLE**

Un GOÛTER Zéro Déchet

Pour le matin un fruit
ou un légume suffit
(de saison)

On utilise des gourdes
réutilisables pour la
compote (Questchbeutel)



*gâteaux faits maisons
uniquement pour
l'après midi

Mmmm...
fruits frais achetés en vrac,
pain garni de miel ou de confiture,
produits faits maisons
avec moins de sel
et moins de sucre...

et ma gourde
ne risque pas de s'écraser
dans mon cartable !



Un ANNIVERSAIRE SAIRE Zéro Déchet

Et Fêtes en classe

J'apporte des boissons en grand format, sans paille, voire même en bouteille consignée

On évite les gâteaux emballés individuellement, voire on les fait maison



Alors vive la vaisselle durable, les emballages en tissu, les décors originales à base de récup, les cadeaux « d'expériences »...

et surtout la joie d'être ensemble !



Un CARTABLE Zéro Déchet

Crayons fluo au lieu de feutres fluo,
crayons sans résine de couleur,
matériel de qualité, pas de gadget etc
Je ne rachète que ce qui manque et
réutilise le matériel de l'an dernier
J'utilise mes feuilles des 2 côtés et je
garde mes cahiers de brouillons.



Crayons de couleur,
papier recyclé,
stylo rechargeable,
colle non-toxique

Je pars à l'école
tout en prenant soin
de la planète!



TRUCS ET ASTUCES

faciles!

pour

**DIMINUER LES DÉCHETS
À LA MAISON**

Des COURSES Zéro Déchet



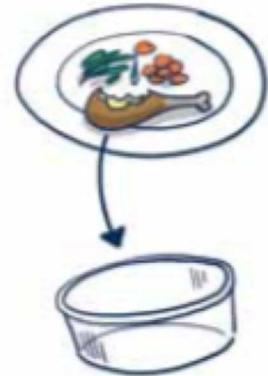
On utilise des petits sacs tissus pour les fruits et légumes et le pain

On privilégie les contenants consignés (boissons, lait frais, yaourts, crème liquide)

*On privilégie les contenants en verre ou carton
Certains magasins spécialisés ont un large assortiment sans emballage
(verpackungsfrei)*



Une CUISINE Zéro Déchet



On utilise des éponges ou des tissus lavables plutôt que de l'essuie tout

L'eau de Munich est excellente, même pour les biberons des bébés

<https://www.swm.de/privatkunden/m-wasser.html>

Je mange local et de saison!

On installe une micro poubelle dans sa cuisine et on la vide dans le biotonne pour ne pas être envahi par les moucheron

Après le repas, je réutilise les restes et je composte mes déchets végétaux pour nourrir la terre.



HYGIENE Zéro Déchet



*On passe au coton lavable vs jetable
(s'achète en ligne partout)*

*On passe au savon solide (rayon lavage
de mains dans les drogueries)*

*On utilise du vinaigre blanc pour le
ménage quotidien, l'anticalcaire et
l'adoucissant*

*On passe à la lessive poudre
pour diminuer le plastique ou
même maison*

*Je m'habille d'occasion,
j'économise ma santé et
mon porte-monnaie !*



Mets de l'R dans ta poubelle !

Trouve tes solutions Zéro Déchet en te posant 5 questions simples !



1 R comme REFUSER et REMPLACER

EST-CE QUE JE PEUX L'ÉVITER ?

pour les bonnes questions !

- LE SAC PLASTIQUE → *je remplace par...* SAC EN TISSU
- LE Gobelet PLASTIQUE → VERRE EN VERRE, EN INOX
- L'EMBALLAGE CIDEAU → ENBALLAGE TISSU
- LA POMME PRÊTE → COMPOTE MAISON
- LE PAKET DE GÂTEAU → GÔTER MAISON
- LE GEL DOUCHE → SAVON
- ETC.

3 R comme RÉDUIRE

pour les bonnes questions !

EST-CE QUE J'EN AI BESOIN ?

On consomme trop de choses ! En achetant moins, on réduit sa poubelle ! Et on n'est pas moins heureux.

4 R comme RÉUTILISER et RÉPARER

EST-CE QUE JE PEUX LE TROUVER D'OCCASION OU EN LOCATION ?

pour les bonnes questions !

Exemple : jouets, vêtements, meubles, matériel de ski, etc.

EST-CE QUE C'EST RÉPARABLE ?

pour les bonnes questions !

Avant de jeter et racheter, essaie de réparer. Par toi-même, tes parents, tes amis, un réparateur ou un artisan, au S.A.V. du magasin, au «*repair café*», dans un atelier partagé.

Exemple : vélo, jouets, vêtements, chaussures, meubles, sacs, etc.

6 R comme RECYCLER



EST-CE QUE C'EST RECYCLABLE ?

pour les bonnes questions !

Si tu dois acheter un produit, choisis-le recyclable : en métal, inox, bois, carton, verre.

Exemple : emballages, jeux, boîtes, etc.



L' "R" dans ta poubelle

Plus d'information : <https://www.consignesdetri.fr/>



La vie sur notre Terre est fragile... elle a besoin d'être préservée.

Ce guide te propose de mettre tes supers pouvoirs au service de 6 actions pour prendre soin de toi et de ton environnement : Bienvenue dans l'aventure des Héros du Zéro Déchet !

Ce guide a été adapté dans le cadre du projet Eco-Ecole du Lycée français Jean Renoir par des volontaires du groupe réduction des déchets à partir du livret réalisé par Zéro Waste France, Zero Waste Paris, illustré par la Famille Presque Zéro Déchet, co-financé par Est Paris et accessible sur <https://www.zerowasteFrance.org/heros-zero-dechet-guide-pour-enfants/> »



Créée en 1997, Zero Waste France est une association environnementale qui milite auprès de tous les publics (citoyens, élus, professionnels, entreprises) pour la réduction des déchets et une meilleure gestion des ressources.

contact@zerowasteFrance.org
www.zerowasteFrance.org



Groupe local de Zero Waste France, l'association Zero Waste Paris a pour objectif de promouvoir la démarche zéro déchet, zéro gaspillage à l'échelle collective et individuelle sur le territoire francilien.

paris@zerowasteFrance.org
www.zerowasteParis.fr



Depuis 2014, La Famille Zéro Déchet réussit à ne produire qu'un seul litre de déchets par an. Retrouvez leurs aventures dans le livre Les Zenfants Zéro Déchet (éditions Souccar) et sur leur blog : **www.famillezérodechets.com**



Cette publication a bénéficié du financement d'Est Ensemble, établissement public territorial dans la métropole du Grand Paris.

Ce livret est réutilisable à l'infini. Ne le jetez pas : donnez-le !

Ce livret a été imprimé sur du papier 100% recyclé et avec des encres végétales.

Graphisme Atelier
des grands pêcheurs [adgp.fr]

Illustrations bloutouf.fr

2018 - 1^{re} édition

Sauf mention contraire, les textes et photos de ce livret sont mis à disposition selon les termes de la Licence Créative Commons Paternité - Pas d'utilisation commerciale Partage à l'identique 2.0 France. <http://creativecommons.org>