

Le DÉFI des DÉCHETS



La famille Onfékoi en a assez de jeter trop de déchets qui polluent la planète. Elle a donc décidé d'agir. Et pour ça, chacun a sa petite idée !

Edith la maman: Chaque année, en France, une famille jette environ 1000 poubelles.

Bastien le fils: Les déchets sont brûlés ou enfouis...

Rabah le grand-père: Certains se retrouvent parfois dans la nature.

Lubin le papa: Alors, on fait quoi? On continue comme ça?

Kady la fille: Tout ça pollue la planète!

Alba la fille: Non, non et non! Pas question!

Laura-Laure: Pour agir, il suffit de changer quelques mauvaises habitudes. Prêt?

Je dis stop au PLASTIQUE!



Avant

Panel 1: Le plastique, c'est magique!

Panel 2: Le plastique, c'est tellement pratique!

Panel 3: Le plastique, c'est vraiment fantastique!

Panel 4: Mais y a un hic. Que va devenir tout ce plastique? Des déchets difficiles à recycler!

Heureusement, on peut faire autrement!

Panel 1: Je vous présente mes sacs en tissu. Réutilisables, lavables, inusables... ce sont mes nouveaux amis!

Panel 2: Hop, les fruits

Panel 3: Tac, tac, les pâtes en vrac!

Panel 4: Choisir les produits avec le moins d'emballage. Apporter des sacs, un cabas ou un sac à dos, pour transporter le tout!

Panel 5: Comme j'ai pensé à tout, plus besoin de sac à la caisse!

Panel 6: Ça, c'est magique, pratique et fantastique!

Les ÉCHANGES, ça me change!



Heureusement, on peut faire autrement!

Et qui va encore tout avaler?



1 Du neuf avec du vieux

J'adore faire les vide-greniers ou aller avec ma mère sur les sites d'occasions. J'y trouve des vêtements et des jouets moins chers, sans emballages!



2 Un échange?

Avec mes amis, on a écrit une liste de choses qu'on était prêts à se prêter : BD jeux de société, livres, figurines, jeux vidéo... Pour s'amuser, pas besoin de tout posséder!



3 Une deuxième vie!

Avec mes parents, j'ai décidé d'éviter de jeter. Maintenant, je vends ou je donne les vêtements et les jouets en bon état mais que je ne veux plus. Malin!

Je rêve ou c'est plus calme en ce moment?



Le GOÛTER, c'est pas sorcier!



Heureusement, on peut faire autrement!

Moi aussi, j'ai trop mangé.

MA POM'COMPOTE

- 4 grosses pommes
- 1/2 verre d'eau



- Pèle les pommes et coupe-les en petits morceaux.
- Place-les dans une casserole et recouvre avec l'eau.
- Demande à un adulte de faire cuire 20 minutes à feu doux.
- Mixe le tout et attends que ça refroidisse.

Le goûter maison, la voilà, la solution!

Pain et confiture, fruits crus ou secs... Plus sain et sans déchet, mon goûter maison, il est trop bon!



MES COOL'COOKIES

- 100 g de farine
- 85 g de sucre de canne
- 15 carrés de chocolat
- 1/2 sachet de levure
- 85 g de beurre
- 1 œuf



- Mélange l'œuf, le beurre mou, le sucre, la farine et la levure.
- Brise les carrés de chocolat et mets-les dans ton mélange.
- Avec deux cuillères, forme des boules de pâte sur une plaque recouverte de papier sulfurisé.
- Demande à tes parents de mettre la plaque au four 10 minutes à 180 °C. C'est prêt!

Ma POUBELLE déborde



Avant



Heureusement, on peut faire autrement!



Aujourd'hui, nous, on dit oui au tri!

But!

Panier!

Recyclage

Plein d'emballages papier, carton, plastique ou aluminium se recyclent pour fabriquer d'autres objets.

Verre

Bouteilles, bocaux, pots en verre... Recyclés, ces déchets permettent de refabriquer du verre à l'infini.

Les déchets spéciaux

Ampoules, piles, batteries et appareils électriques vont dans les bacs spéciaux en magasins, mairie, déchetterie... Ils se recyclent aussi.

Ma super FÊTE zéro déchet



Avant



Heureusement, on peut faire autrement!



Voici mes 3 idées pour organiser une super fête sans faire mal à la planète!

1 La vaisselle du goûter

En plastique ou en carton, dis NON à la vaisselle jetable : utilise des assiettes, des verres et des couverts normaux...

2 Les cadeaux

Dans ton invitation, propose à tes copains de te faire des cadeaux sans déchets : une sortie au ciné, un cahier d'amitié, des chocolats faits maison ou une soirée pyjama!

3 Les bonbons

Achète les bonbons en vrac, sans sachet. Ou mieux : régale tes copains avec du pop-corn ou des fruits déguisés faits maison!

LES FRUITS DÉGUISÉS

- Fais fondre doucement 150 g de chocolat noir.
- Lave des morceaux de fruits. Pique-les sur des cure-dents et trempe-les dans le chocolat.

Tous en CUISINE!



Avant

Oh non ! Je n'ai que 10 minutes pour préparer le repas !

Allez, un plat de lasagnes tout préparé !

Et voilà le travail !

À taaaable !

Pfou ! Moi, j'ai déjà trop mangé !

Une boîte d'ananas.

Heureusement, on peut faire autrement !

Cuisiner tous les soirs, c'est compliqué ! Alors, nous, on s'est organisé !

Chacun donne des idées de menus.

On peut faire des lasagnes ? J'adore !

Tiens, sur ce site, il y a une bonne recette. Tu notes ce qu'il faut acheter ?

Au marché, on choisit des produits de saison et locaux.

Et voilà ! Le chou est arrivé !

Et il est cultivé dans la région.

Parfait ! Je vous en prends un gros !

Le week-end, tout le monde s'y met !

Les lasagnes pour lundi, c'est prêt !

Cookies du goûter, c'est prêt !

La soupe de jeudi, au congélateur !

Hum... Il n'y a vraiment rien pour moi ?

Mon pote le COMPOST!

Avant

Épluchage de pommes de terre !

Et hop, les épluchures, à la poubelle !

Stop !!! J'ai déjà trop de déchets organiques.

Heureusement, on peut faire autrement !

1 Des déchets en or

Les «déchets organiques», ce sont tous les fruits et légumes abîmés, les sachets de thé, les épluchures... Ils peuvent devenir une matière très précieuse pour les plantes : le compost.



En fait, c'est pas très dur d'avoir le bac !

2 Passe le bac d'abord !

Pour fabriquer du compost, on place tous les déchets organiques dans un bac. On peut trouver ces bacs dans certains immeubles ou dans les squares. On peut aussi en installer chez soi. De nombreuses mairies en donnent.



3 Ça pousse !

Dans le bac, les déchets se décomposent en quelques semaines et forment une matière brune. C'est le compost. Placé au pied des plantes, il les aidera à grandir. Comme ça, ton déchet devient un engrais 100 % naturel.



Une **FAMILLE** qui ne **MANQUE** pas d'**R**

**Et voilà ! Tu as fait le plein d'idées pour réduire tes déchets !
Et pour se souvenir de tout, la famille Onfékoi a concocté
une liste spectacul-R. Retiens bien ces 5 principes !**



R Comme REFUSE

Les pailles au restaurant, les cintres avec les vêtements... Tous les jours, tu peux dire « non » à ce qui pollue et dont tu n'as pas besoin. Colle aussi un autocollant « Stop Pub » sur ta boîte aux lettres : tu auras moins de prospectus à jeter.



R Comme RÉCUPÈRE

Au lieu d'acheter toujours du neuf, récupère ce qui est en bon état et peut encore te servir. Comme tes anciens cahiers, stylos, classeurs...

R Comme RÉPARE

Tes jouets abîmés ou tes vêtements troués ont peut-être juste besoin d'une toute petite réparation pour avoir une deuxième vie... Essaie de le faire au lieu de les jeter!



R Comme RECYCLE

Recycler, c'est rudement bien! Mais la transformation d'un objet demande beaucoup d'eau et d'énergie. Alors, n'oublie pas : le meilleur déchet, c'est encore celui que l'on ne produit pas!

R Comme RIGOLE

Chacun son rythme pour changer ses habitudes! Ne fais pas la morale à tes parents ou à tes copains mais lance-leur plutôt des défis rigolos. À toi de jouer!



