

LIVRET PRATIQUE

MON COLLÈGE

ZÉRO DÉCHET

LES 5 R

REFUSER, RÉDUIRE, RÉUTILISER,
RECYCLER, RENDRE À LA TERRE



RÉALISATION DU CONSEIL DES ADOS DE CRÉTEIL
2020-2021

ZÉRO DÉCHET

Livret pratique

"Mon collègue Zéro Déchet"

Le livret que vous tenez est une réalisation du Conseil des Adolescents de la ville de Créteil. Concerné par les enjeux environnementaux, le groupe a travaillé toute une année scolaire sur les bonnes pratiques écocitoyennes afin de pouvoir les transmettre aux collégiens, aux équipes pédagogiques mais aussi le rendre disponible à toutes et tous.

Avant tout, connaissez-vous la règle des 5 R ? Appliquée au travers du concept de zéro déchet, elle vise à minimiser la quantité de déchet produite. Le recyclage n'est plus présenté comme étant le premier réflexe écologique à avoir, mais la dernière solution à envisager après avoir pensé à refuser l'objet, et après avoir considéré sa réutilisation.



R COMME REFUSER



Le principe est simple : **le meilleur déchet est celui qu'on ne crée pas** et pour cela il faut apprendre à refuser certaines choses.

Le pouvoir de dire NON est très important, "Non aux emballages plastiques, aux pailles, aux gobelets, aux prospectus que vous ne lisez pas..."

Le saviez-vous ?

Chaque Français produit 570kg de déchets par an.

On pourrait éviter de produire 30 Kg de déchets par an en mettant un autocollant "STOP PUB" sur notre boîte aux lettres.

[HTTPS://WWW.ECOLOGIE.GOUV.FR/STOP-PUB](https://www.ecologie.gouv.fr/stop-pub)



BONNES PRATIQUES



S'organiser avec les élèves pour faire des séances de sensibilisation sur le nombre d'objets jetés et sur le zéro déchet



Fabriquer son autocollant « stop pub » dans la classe d'arts plastiques et le coller sur sa boîte aux lettres pour éviter d'avoir des prospectus qui deviennent automatiquement des déchets

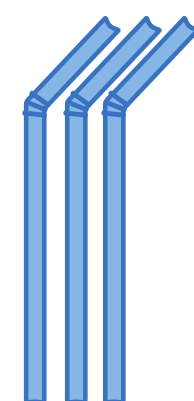
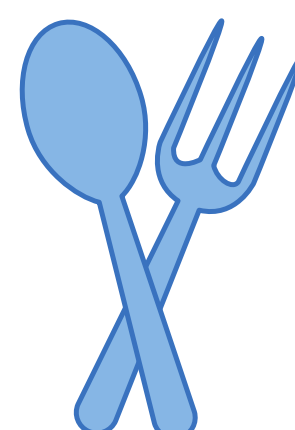


Parler des objets inutiles qui créent la surconsommation d'emballages plastiques non nécessaires, pailles, gobelets etc.



Créer des kits avec des pailles en bambou, des gourdes et des sacs en tissu et les distribuer aux élèves

À ÉVITER !



R COMME RÉDUIRE



Il s'agit de prendre conscience de l'**impact écologique de nos achats et de nos déchets** pour ensuite les réduire **en restant attentifs à nos modes de consommation**. Le grand défi est d'adopter une consommation éco-responsable.

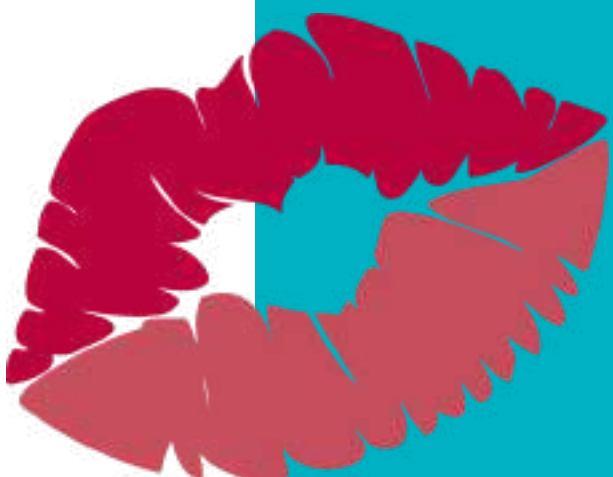
LES BONNES IDEES



Sensibiliser au don : ce qu'on n'utilise plus et qui est encore en bon état peut être très utile et nécessaire à d'autres.



Diffuser la méthode B.I.S.O.U : posons nous les bonnes questions avant d'effectuer des achats non nécessaires !



MÉTHODE B.I.S.O.U

- **B comme Besoin** : Ai-je vraiment besoin d'acheter cet objet ?
- **I comme Immédiat** : Si en effet il s'agit d'un besoin, est-il immédiat ou cela peut attendre encore quelque temps ?
- **S comme Semblable** : Ai-je déjà un objet semblable qui puisse répondre à ce besoin ?
- **O comme Origine** : D'où vient cet objet ? A-t-il été conçu de manière socialement équitable et en respectant l'environnement ?
- **U comme Utile** : Cet objet va-t-il m'être vraiment utile ?

R COMME RÉUTILISER



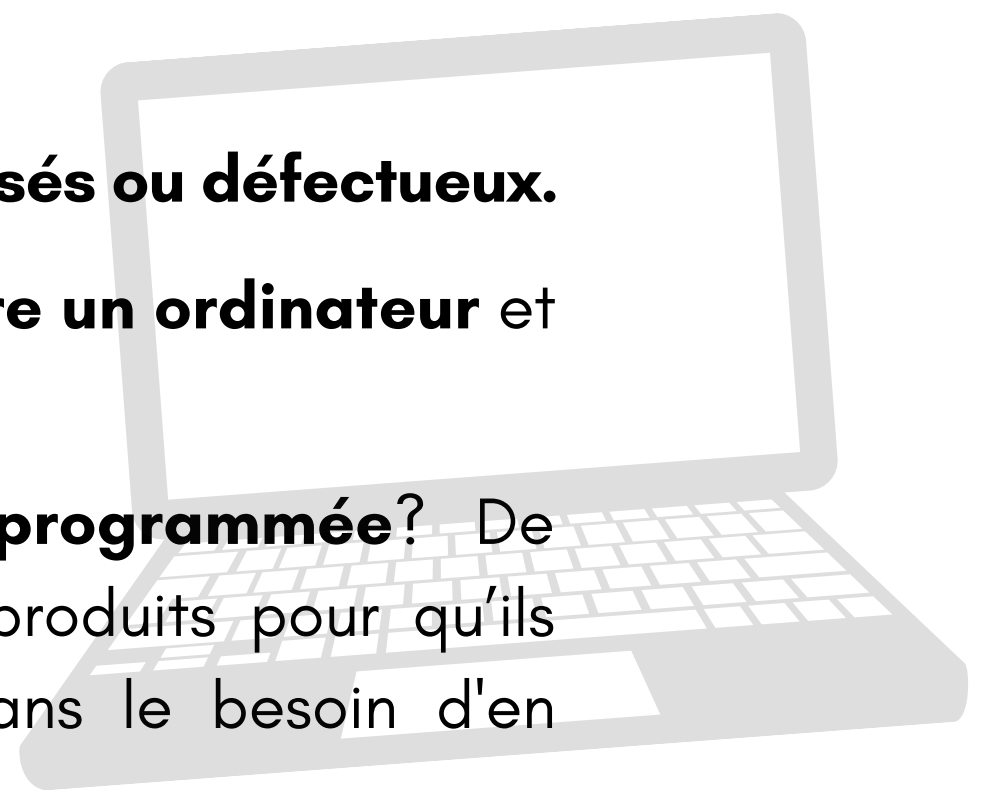
Réutiliser, réemployer ou même réparer, plutôt qu'acheter. **Il s'agit de donner une seconde, voire une troisième vie aux objets avant de les considérer comme déchets.**

LE SAVIEZ-VOUS ?

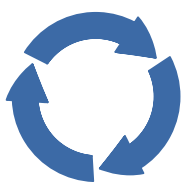
Seulement **36 % des Français réparent les objets cassés ou défectueux.**

Il faut **3000 kg de matières premières pour produire un ordinateur** et 2000 kg pour produire un micro-ondes de 13 kg.

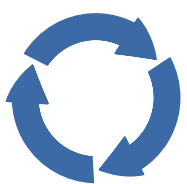
Vous avez entendu parler de l'obsolescence programmée? De nombreux fabricants programment désormais leurs produits pour qu'ils tombent en panne afin que nous nous sentions dans le besoin d'en racheter un nouveau.



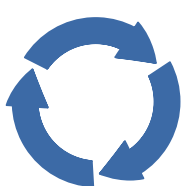
BONNES PRATIQUES



En cours d'arts plastiques, apprendre à **réutiliser d'anciens vêtements ou du matériel informatique obsolète pour faire de nouveaux objets.** Connaissez-vous le Furoshiki pour couvrir vos livres ou vos cadeaux avec du tissu ?



Sensibiliser les élèves à l'impact et à la provenance de nos achats et à ce qui peut être facilement réparable.



Créer une communauté d'entraide au collège et informer des lieux où l'on peut réparer des objets.



A Créteil, il existe le **Café des Bricoleurs !**
Toutes les dates de RDV sont sur le site :
<https://www.cafedesbricoleurs.fr>

COMMENT REPRENDRE LA MAIN SUR NOS CONSOMMATIONS ?

NOUS CONSOMMONS BEAUCOUP ET RENOUVELONS TROP VITE



2,5 tonnes d'objets accumulés chez nous

EN RÉALITÉ 45 tonnes de matières mobilisées pour les fabriquer !

Jusqu'à 1/4 des émissions de gaz à effet de serre en France

- + pollutions (air, eau, sol)
- + consommation d'énergie
- + accumulation de déchets

Des objets accumulés, pas toujours utilisés

- ▶ 99 équipements électriques et électroniques par foyer (dont 6 jamais utilisés !)
- ▶ 60 % d'habits achetés en plus par rapport à 2002 et gardés 2x moins longtemps

LES BONNES QUESTIONS AVANT D'ACHETER UN PRODUIT

1 En ai-je vraiment besoin ?

88 % des Français changent de téléphone portable alors que le précédent fonctionne



Beaucoup de vêtements sont **portés 7 à 10x** seulement



93 % n'ont pas été portés l'an dernier



= 240 € économisés sur sa durée de vie (à classe énergétique équivalente)



= 3x moins d'électricité consommée et 2x moins d'impact environnemental

2 Si oui, est-il bien adapté ?

3 Dois-je forcément l'acheter ?

Pour un usage occasionnel, on peut aussi :

Louer

10 min

c'est le temps moyen d'utilisation d'une perceuse sur toute sa durée de vie

Partager

30 %

des Français ont eu recours au covoiturage en 2018



4 Puis-je l'acheter d'occasion ?

76 % des Français affirment avoir déjà acheté des produits d'occasion
De nombreux sites Internet et lieux (dépôts-ventes, vides-greniers...) facilitent les échanges



ET SI VRAIMENT ON ACHÈTE NEUF ?



Privilégier les produits de qualité et réparables, en vous aidant des labels : agirpourlatransition.ademe.fr/particuliers/labels-environnementaux



Bannir les produits jetables (à usage unique) : la loi interdit déjà les sacs et la vaisselle (assiettes, gobelets, pailles) en plastique jetables, d'autres produits suivront.

POUR ALLER PLUS LOIN

<http://multimedia.ademe.fr/infographies/infographie-consommation-responsable/>
<http://multimedia.ademe.fr/infographies/infographie-poids-carbone/>



R COMME RECYCLER

RECYCLER OUI, MAIS COMMENT ?



Pour pouvoir agir, le premier réflexe est de **s'informer. Notamment sur la collecte et la gestion du recyclage** au sein de votre collectivité. Pour la Ville de Créteil, la collecte est gérée par le Territoire Grand Paris Sud Est Avenir (GPSEA).

DES IDÉES EN PLUS



Se renseigner sur le tri grâce au **Mémo sur le tri du GPSEA** (sudestavenir.fr) surtout sur la poubelle jaune. Vous serez surpris de tout ce qu'on peut mettre dans cette poubelle. A la fin de la journée, c'est bien cette poubelle qui devrait être la plus remplie.



Partager l'information avec tout votre entourage (amis, enseignants, voisins, collègues...).



Créer un club permettant de sensibiliser les collégiens et collégiennes sur le tri.



Proposer de décorer des poubelles de tri au collège avec des personnages connus, de dessins animés, ou de mangas (Naruto), de séries/films (Thomas du film Labyrinthe), ou bien encore de jeux vidéo (Link) expliquant les règles du recyclage.



R COMME RENDRE À LA TERRE

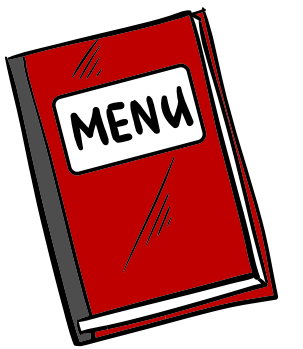


Rendre à la terre les déchets organiques (épluchures de fruits et légumes, coquilles d'oeuf) afin d'éviter qu'ils ne finissent à l'incinérateur ou enfouis. **Ces déchets constituent 1/3 de notre poubelle tandis qu'ils pourraient participer au renouvellement des sols.**

BONNES PRATIQUES LIÉES À L'ALIMENTATION



Faire participer les élèves à l'élaboration du menu afin qu'ils terminent leur plat et éviter ainsi le gaspillage alimentaire



Privilégier des produits locaux ainsi que les aliments en fonction des saisons



Travailler sur les préjugés sur les légumes



Proposer de faire du compost

LES BONNES IDÉES

LE SAVIEZ-VOUS ?

3000 personnes meurent chaque jour à cause des maladies **dues à l'absence d'eau potable.**

La France est l'un des pays qui a l'une des meilleures eaux du robinet au monde.

Pour autant, les Français ne la consomment pas et préfèrent l'eau en bouteille ce qui fait de la **France l'un des pays le plus consommateur des bouteilles en plastique.**



Faire un sondage auprès des élèves pour mieux connaître leur consommation en eau.



Promouvoir l'eau du robinet expliquant aux élèves qu'elle est aussi potable que l'eau en bouteille. Si ils sont réticents, il est possible de mettre des filtres à eau pour les carafes.



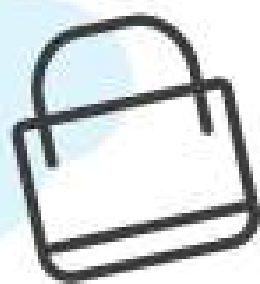
Encourager les élèves à avoir une gourde.



Les indispensables d'un quotidien zéro déchet

1

Un tote bag
ou sac cabas



2

Une gourde



3

Du coton
lavable



4

Des
contenants
en verre



5

Une cafetière
à piston et/ou
une boule à thé



6



Vinaigre, savon noir,
bicarbonate de soude...

Un kit pour des produits
ménagers naturels

7

Un shampoing solide
et du savon



8



Une brosse à dent en
bambou, biodégradable

9

Un chargeur
de piles



10

Un oriculi,
cure-oreille écologique



LES 5 R- POUR UNE DÉMARCHE ZÉRO DÉCHET

Ont participé à ce projet :

**Souad BENNACEUR , Océane BIAS, Mayssa BOUDJELAL, Mathilde DAUPHOUD,
Alphakabine DIANE, Assa DIARRA, Shaya DOLMARE – GALLON, Nafy DOUCOURE
GAKOU, Lina Marcela GARCIA, Adlene KAOULI, Marianne KOFFI SAH, Dalla KONATE,
Aurélie MALUNGILA, Elisa MAMI, Hamza NACER, Jules-Patrick PALINHAS OSSALE,
Julia PORTIGLIATTI, Samar SAÏDI, Maïwenn SILUTADI DIANGIENDA, Lena TAMBOURAS,
Anna-Myriame WADE, Sesedie WICKRAMASINGHE**

Accompagnés par l'équipe d'animation du Conseil des Adolescents de la ville de Créteil
et l'association les PEP94

Ne jetez pas ce livret sur la voie publique
Vous pouvez également le consulter
par voie numérique :

<https://conseilados.ville-creteil.fr/>

