

Les HÉROS du ZÉRO DÉCHET !



*Pour préserver la planète
et notre santé !*

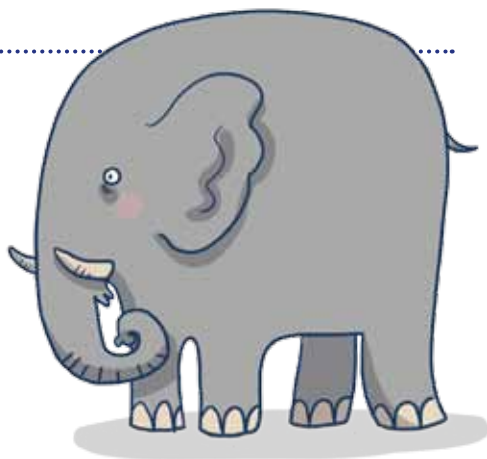




Pourquoi réduire nos déchets ?



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...

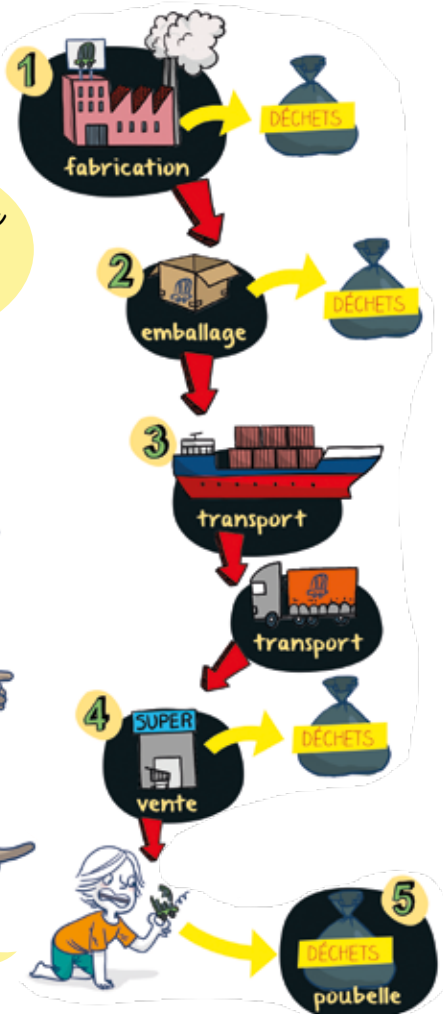
Chaque objet a besoin d'une énorme quantité d'énergie et de matières premières pour sa fabrication, son emballage et son transport :

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*

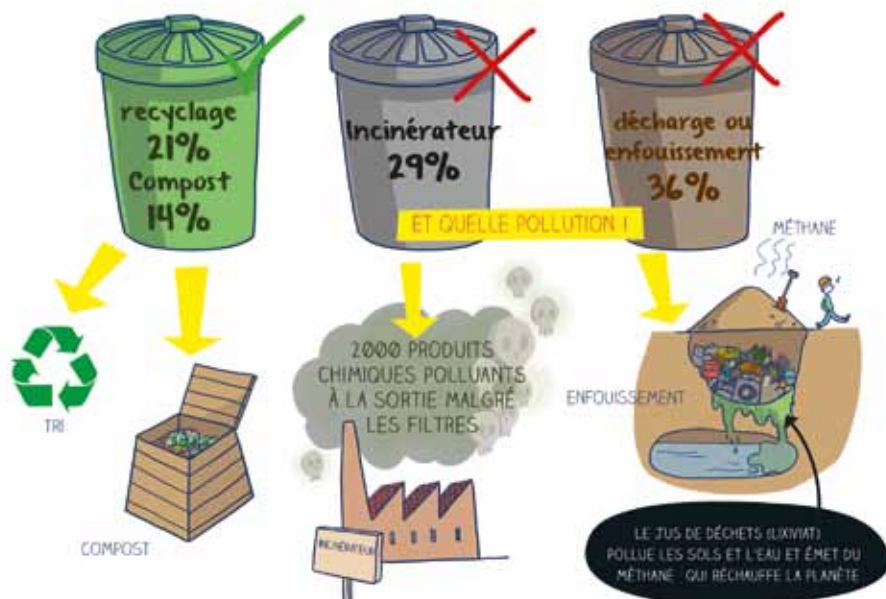
* belgium.be/fr/environnement

** 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



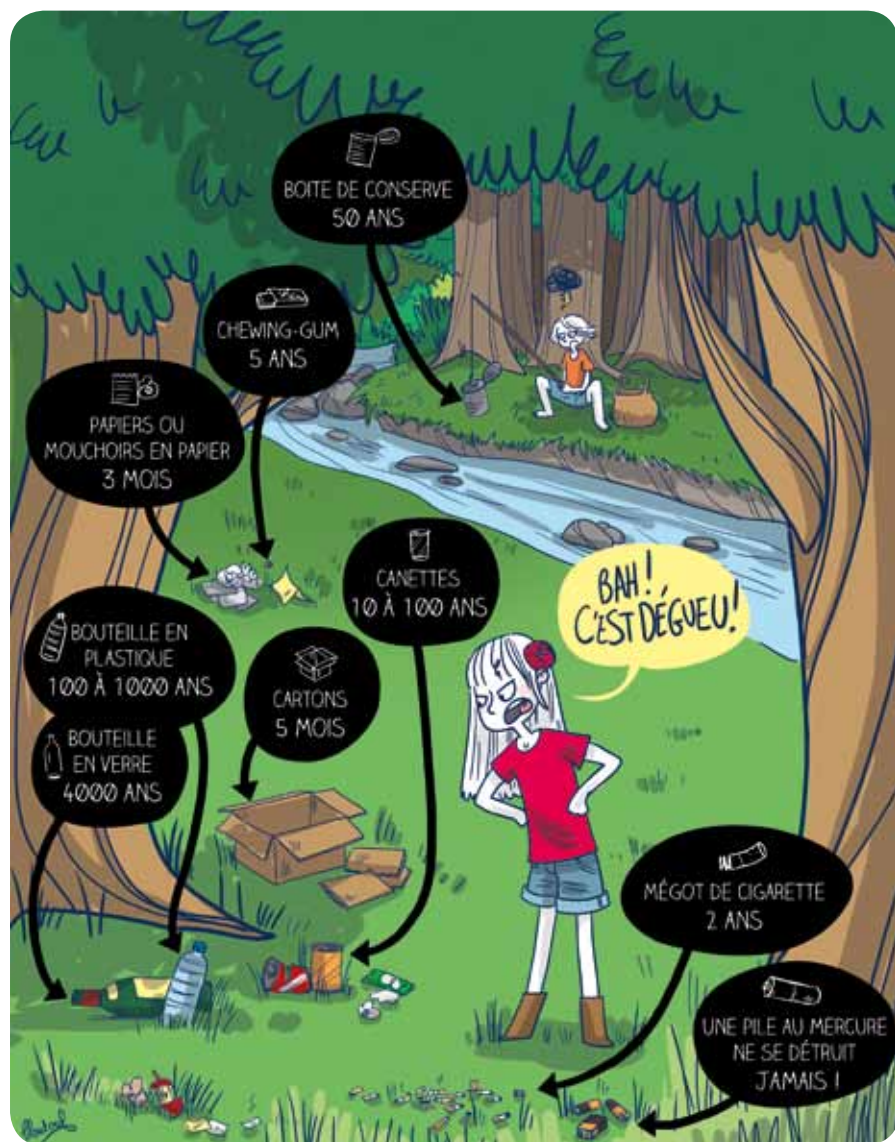
© Benjamin Hassan

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 déchets dans le monde

Partout sur la planète, les produits jetables sont devenus une énorme source de pollution.



Village au Vietnam

© Trial

*A l'échelle mondiale, les déchets aggravent les inégalités: on estime que 75% des déchets électroniques sont envoyés, depuis l'Europe et les États-Unis, dans d'immenses décharges sauvages en Afrique ou en Asie.**

* Basel Action Network



© Maniglia Romano



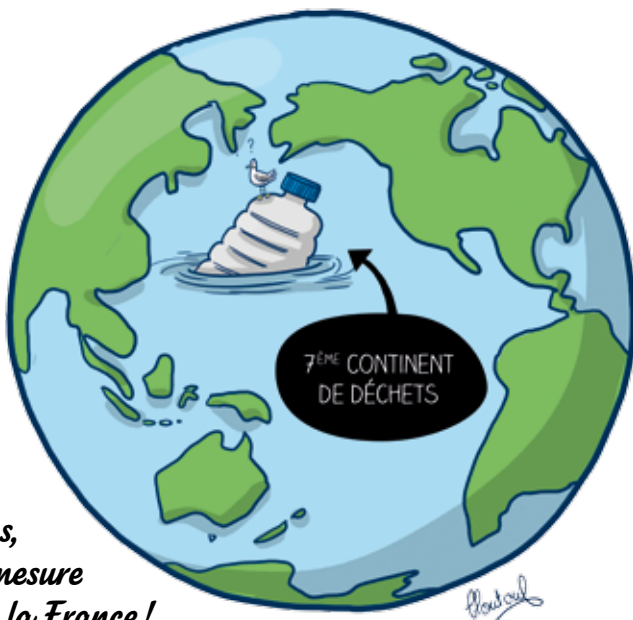
© Maniglia Romano

Dans la décharge d'Agbogbloshie au Ghana, des enfants et adolescents mettent leur vie en danger pour récupérer les métaux précieux contenus dans les déchets électroniques.



... et dans les océans ?

200 kg de déchets se déversent chaque seconde dans les océans. Regroupés par les courants marins, ils forment des décharges géantes, dont la plus grande mesure 6 fois la superficie de la France ! Elle est située dans le Pacifique Nord, et est surnommée « le 7^e continent ».*



**PNUE*



© Ethan Daniels



© Mohamed Abdulraheem

Les animaux marins ingurgitent les déchets jetés en mer, comme cette tortue qui confond un sac plastique avec une méduse.

Notre planète va mal... alors passons à l'action!

*Il est temps
d'enfiler nos capes
et nos détecteurs
de déchets...*

L'eau

LES DEUX TIERS DES EAUX
DOUCES SONT POLLUÉES
AU-DELÀ DE LEUR CAPACITÉ
D'ASSIMILATION.

LA MOITIÉ DE L'EAU
DOUCE SUR TERRE
EST SUREXPLOITÉE!



Les êtres vivants en voie d'extinction

LA POPULATION D'ANIMAUX SAUVAGES
A DIMINUÉ DE MOITIÉ EN 40 ANS
À CAUSE DE LA POLLUTION, DE LA
CHASSE ET DE LA DISPARITION DE LEUR
HABITAT. NOUS VIVONS LA PLUS
GRANDE EXTINCTION DEPUIS LES
DINOSAURES...

*et de devenir
des Héros du
Zéro Déchet!*





Homme : quelle injustice !

2 MILLIARDS DE TERRIENS
SOUFFRENT DE MALNUTRITION ET
N'ONT PAS ACCÈS À L'EAU POTABLE.
2,8 MILLIARDS DE PERSONNES
VIVENT AVEC MOINS DE 2€ PAR
JOUR. C'EST DE L'EXTRÊME
PAUVRETÉ !

*En route vers
6 actions qui
nous permettront
de vaincre ces tas
d'ordures qui abîment
notre jolie planète !*



Les ressources naturelles

NOUS PRENONS PLUS DE RESSOURCES
NATURELLES QUE LA PLANÈTE NE PEUT
EN CRÉER. ON VIT À CRÉDIT À PARTIR DU
MOIS DE JUILLET DE CHAQUE ANNÉE...
C'EST-À-DIRE QU'EN 7 MOIS ON PREND
CE QU'ON DEVRAIT PRENDRE
EN 1 AN...

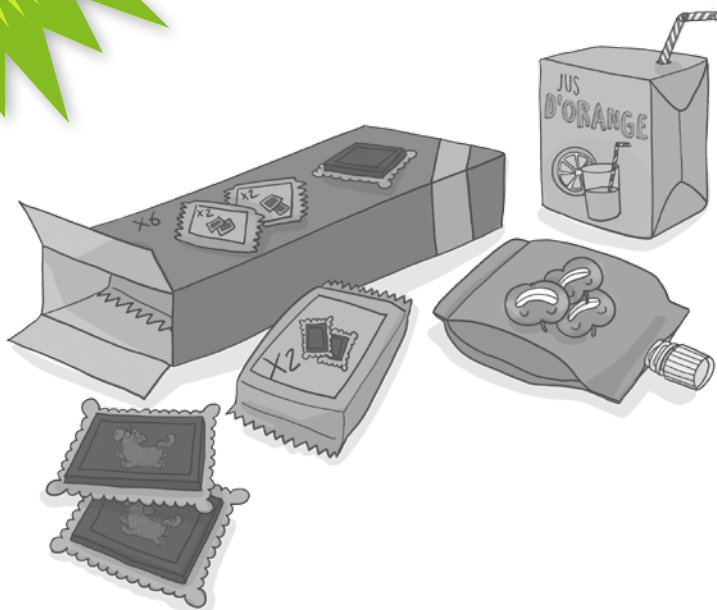
Le climat

LA PLANÈTE SE RÉCHAUFFE : 2 À 4 DEGRÉS EN
PLUS SONT PRÉVUS POUR LA FIN DU SIÈCLE. CE QUI
VA ENTRAÎNER D'ÉNORMES PROBLÈMES POUR LA NATURE
ET L'HOMME : SÉCHERESSE, TEMPÊTES, MONTÉE DES
OCÉANS, MORT D'ÊTRES VIVANTS...

1

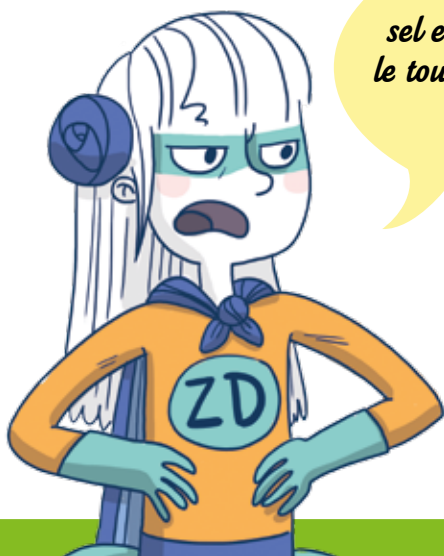
action

Un GOÛTER



*Biscuits suremballés,
sel et sucre ajoutés en quantité,
le tout dans un cocktail d'additifs
et de conservateurs...*

*Pourrions-nous
faire autrement?*



Zéro Déchet



*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 !*



2

action

Un CARTABLE



*Feutres en plastique,
colle toxique...
papier blanchi au chlore...*

*Mon cartable
déborde de déchets !*



Zéro Déchet



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

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



3 action

Des COURSES



*Emballages de céréales, riz, pâtes,
biscuits, sachets de fruits et légumes,
boîtes de conserve, pots de yaourt...*

*Le tout, emporté
dans un sac plastique...*

Zéro Déchet



*Alors que tout peut s'acheter en vrac :
il suffit juste de prévoir quelques sacs à vrac,
boîtes et bocaux...*

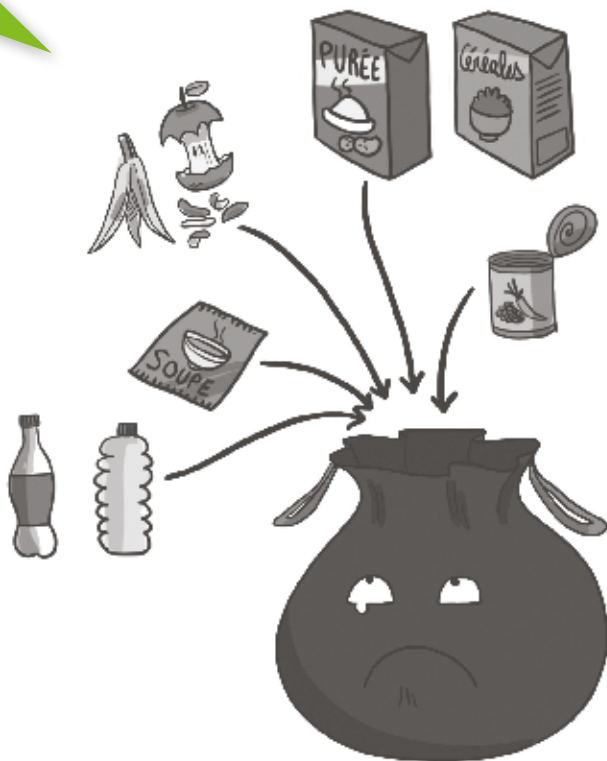
*Le vrac, ça marche même
pour les bonbons !*



4

action

Une CUISINE



*Une poubelle
de cuisine se remplit
de déchets inutiles qu'il faut
jeter chaque semaine...
quelle galère !*

Zéro Déchet



Je mange local et de saison!

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



5

action

Un CORPS



*Colorants, parfums,
solvants, conservateurs...*

*C'est vraiment bon
pour ma santé tout ça?*



Zéro Déchet



*Savon naturel,
shampoing solide,
cosmétiques faits maison...*

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



6

action

Un ANNIVER



*Vaisselle jetable, papiers cadeaux,
babioles en plastique, ballons de baudruche
et cotillons...*

*finiront à la poubelle
après la fête.*

SAIRE Zéro Déchet



*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 !*



Mets de l'R dans ta poubelle !



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

1 R comme
**REFUSER et
REEMPLACER**

Pose-toi les bonnes questions !

EST-CE QUE JE PEUX L'ÉVITER ?

LE SAC PLASTIQUE	je remplace par...	SAC EN TISSU
LA Gobelet PLASTIQUE		VERRE EN VERRE, EN INOX
L'EMBALLAGE CADEAU		EMBALLAGE TISSU
LA POM'PROUT		COMPOTE MAISON
LE PAQUET DE GÂTEAU		GOÛTER MAISON
LE GEL DOUCHE		SAVON
ETC.		

3 R comme
RÉDUIRE

Pose-toi 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
5 **RÉPARER**

Pose-toi les bonnes questions !

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

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

Posez-vous les bonnes questions !

EST-CE QUE C'EST RÉPARABLE ?

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.

L' "R"
dans ta
poubelle



6 R comme
RECYCLER

Pose-toi les bonnes questions !

**EST-CE QUE C'EST
RECYCLABLE ?**



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

Exemple : emballages, jeux, boîtes, etc.

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 livret a été réalisé par Zero Waste France et Zero Waste Paris, illustré par la Famille Presque Zéro Déchet, et co-financé par Est Ensemble.



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.famillezerodechet.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 !

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>