



Du 24 mai au 30 mai

Conseil Municipal des Enfants
Ecrit par Orlane et Théo (CM1)

LA SEMAINE DU DEVELOPPEMENT DURABLE

Bonjour,

Nous sommes Orlane et Théo et nous sommes élus au Conseil Municipal des Enfants.

Durant notre campagne électorale, nous avons mis en avant notre envie de faire du bien à l'environnement !

Dans ce but, nous avons créé un livret qui retrace des conseils pour adopter des gestes simples à mettre en place dans notre vie quotidienne.

Mais comme toute chose, plus on est nombreux et plus notre action aura de l'importance et du sens;-)

Afin que ce livret ne soit pas simplement une succession d'informations, nous avons aussi créé un jeu qui consiste à relever un défi écologique chaque jour de la semaine.

Nous comptons donc sur toi (et sur les membres de ta famille) pour relever notre défi **7 jours / 7 gestes** qui se déroulera du 10 mai au 16 mai 2021.

Voici donc les défis (1 par jour) à proposer aux membres de ta famille !

7 jours de bons gestes écolos, de bricolages anti gaspi, d'idées inspirantes !

A vos marques, prêt, partez !!!!

A très vite pour d'autres aventures

Lundi 24 mai 2021

Jour 1 J'économise l'électricité

- Je privilégie la lumière naturelle aux ampoules



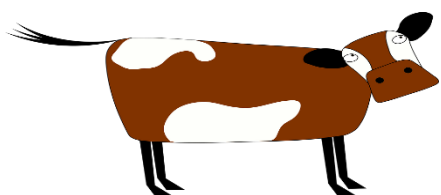
- Je lis ou je joue à des jeux de sociétés à la place de regarder les écrans (cela fait du bien à la planète mais aussi à ma tête)
- Je réfléchis à mon utilisation internet

(NB : La vidéo en ligne a généré en 2019, 60 % des flux de données mondiaux et plus de 300 millions de tonnes de CO₂ par an, soit 20 % du total des émissions de gaz à effet de serre dues au numérique, soit encore 1 % des émissions mondiales de gaz à effet de serre)

Mardi 25 mai 2021

Jour 2 Mon alimentation

- Je m'interroge sur ma façon de m'alimenter (je pose des questions à mes parents ou je lis un livre qui traite de ce sujet p.10)
- Je mange bio ou local



- Je garde les épluchures des légumes pour en faire des chips ou un tempura (p.11)
- Je cuisine avec toute ma famille un repas avec des restes (multiples recettes sur Internet !)

Mercredi 26 mai 2021

Jour 3 La pollution de l'air

- Si je peux, je ne prends AUCUN véhicule motorisé aujourd'hui
- A la place, je prends mon vélo, ma trottinette pour me déplacer (en plus, au mois de mai, il fait beau !)



- J'aère dès le matin ma chambre (au moins pendant 5 min pour renouveler l'air)
- J'aide mes parents en faisant les poussières en pratiquant le ménage écologique (c'est à dire chiffon + eau)

Jeudi 27 mai 2021

Jour 4 Je recycle



- Je trie les déchets chez moi
- Je fais du tri chez moi (vêtements, livres, jeux) et je donne autour de moi ou à une association (boîte à livres de Noyal-Pontivy, borne Emmaüs pour les vêtements...)
- Je crée un compost pédagogique (p.12)
- Je fais des cartes 100' %récup (p.13)

Vendredi 28 mai 2021

Jour 5 DYE

- Je crée une éponge tawashi (p.14)
- Je fais un cosmétique maison (p.15)
- Je fais ma propre lessive (p.15)
- Je crée mes disques démaquillants



- Je me mets à utiliser au moins un cosmétique solide

Samedi 29 mai 2021

Jour 6 Extérieur

- Je prends mon repas à l'extérieur en utilisant des couverts recyclables (ou des couverts qui sont chez moi)
- Je fais du sport en plein air
- Je ne jette rien et ramasse même ce que je trouve par terre
- Je colle "un stop pub" sur la boîte aux lettres de ma maison
- Je prends mon propre sac pour faire mes courses



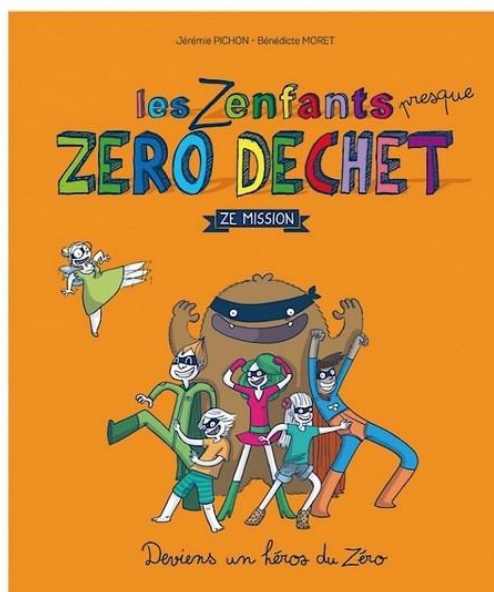
Dimanche 30 mai 2021

Jour 7 Repos bien mérité

- Je m'informe sur les bonnes pratiques que je peux mettre en place le reste de l'année (conseil de lectures (p.16))



*« Les Z'Enfants presque Zéro Déchet – Ze Mission »
Jérémy Pichon et Bénédicte Moret*



Tempura de peaux de légumes

Ingrédients pour

4 Personnes

- **400g** épluchures de légumes bio variées (pommes de terre (navets, courgettes...))
- **2** Oeufs
- **150g** Farine
- **40g** Maïzena
- **40cl** Eau Perrier glacée
- **50cl** Huile à friture
- Sel
- Poivre

Étapes de préparation

Dans un saladier, fouettez les œufs avec la farine et la Maïzena.

Ajoutez de l'eau, sans cesser de battre.

Faites chauffer l'huile dans une friteuse.

Trempez les épluchures dans la pâte à Tempura.

Faites frire 2 min en procédant en plusieurs fois, par petites quantités, en prenant garde aux projections

Égouttez au fur et à mesure sur du papier absorbant.

Salez, poivrez et dégustez chaud à apéritif, avec une sauce piquante.

Composteur pédagogique

Matériel pour fabriquer un composteur

De la terre, un pot de fleur en terre cuit, une grande bouteille d'eau en plastique, des craies, des feuilles et herbes, un feutre noir, du papier noir, de l'eau et une soucoupe

Réalisation de votre composteur

- 1- Commence par trouver de la terre contenant des vers de terre. Place un pot de fleur en terre cuite sur sa soucoupe et remplis le pot avec la terre que tu as récolté et les vers de terre.
- 2- Prends une grande bouteille en plastique et découpe le haut et le bas de cette bouteille afin de ne garder que le tube central.
- 3- Place la partie centrale sur le pot de fleurs et remplis-la avec plusieurs couches. Alterne une couche épaisse de terre avec une couche fine faite de mélange de petits cailloux et de craie écrasée. Puis remets une couche de terre épaisse puis une nouvelle couche fine du mélange cailloux / craie... et ainsi de suite jusqu'à 2-3 cm du bord haut de la bouteille.
- 4- Place des feuilles et de l'herbe sur le dessus. A l'aide d'un feutre noir, marque des traits de repère sur ta bouteille afin de délimiter les différentes couches superposées de terre et de cailloux/craie...
- 5- Enroule du papier noir autour de la bouteille et n'oublie pas de mettre de l'eau dans la soucoupe. Laisse le composteur de côté pendant quelques jours.
- 6- Au bout de quelques jours, reviens voir l'évolution de ton compost. Retire le papier noir et observe l'intérieur de ta bouteille. Que s'est-il passé?

Explications de la décomposition des déchets organiques

Tu t'apercevras que les différentes couches se sont mélangées. Il y aura des feuilles et de l'herbe au fond de la terre. En effet, l'action naturelle de décomposition des déchets, alliée aux vers qui ont travaillé, engendre un processus de transformation. Ils mangent les plantes en décomposition avalant aussi un peu de terre en mangeant. Puis la nature fait son action. Les vers mangent et digèrent leur nourriture qui retourne alors dans la terre. Le compostage est un procédé naturel qui permet la décomposition des déchets organiques dans le temps. Cela donne du terreau appelé "compost". Les déchets organiques sont les végétaux que tu as placé en haut de ta bouteille, mais aussi les restes de nourriture (épluchures, trognon de pommes...) Ces déchets se décomposent avec le temps, puis l'action des petites bêtes aide également à cette décomposition transformant votre compost en un véritable engrais.



Une carte 100% récup en 5 étapes

- **Pour les images:** vieux calendriers, posters, magazines...
- **Pour le support cartonné:** boîtes d'emballage (comme celles des céréales par exemple), cartes reçues sans importance...
- **Pour la surface d'écriture:** le dos ou l'intérieur d'enveloppes usées, les courriers imprimés d'un seul côté...
- **Pour les enveloppes:** posters, magazines, journaux + des bouts de papiers unis

Une fois équipé de tous genres de papiers, place à l'imagination, au découpage et au collage!

1. **Choisir une ou plusieurs images**, les découper et les assembler pour déterminer le format de la carte.
2. **Découper un support cartonné** suivant le format de carte désiré
3. **Coller l'image/ les images** sur un côté du support cartonné
4. **Coller du papier uni** de l'autre côté du support cartonné
5. **Fabriquer une enveloppe** à partir d'une feuille de papier journal suivant le format de la carte et coller un bout de papier uni de chaque côté de celle-ci pour y inscrire lisiblement l'adresse du destinataire et celle de l'expéditeur



Un tawashi trop facile avec ce tuto rapide et accessible

Ce dont vous aurez besoin :

20 clous à têtes plates

Une planche en bois

Un marteau

Une paire de ciseaux

Un vieux vêtement légèrement élastique (paire de leggings, manche de pull droite, collant, chaussettes, etc.).

Réalisation :

1/ A l'aide d'un crayon gras, tracez un carré au centre de votre planche de bois (**environ 16 centimètres**).

2/ Tracez des repères tous les 2 centimètres, un pour chaque clou (**20 en tout**).

3/ Enfoncez vos clous de manière à obtenir une rangée régulière de 5 clous sur chaque face du carré. Laissez un espace vide aux 4 coins du carré.

4/ Découpez la manche d'un pull ou d'un collant/leggings ou autre vêtement légèrement élastique de manière à obtenir **10 fines bandelettes** (environ **16 cm de haut**). Vous pouvez utiliser des vêtements de couleurs différentes pour obtenir un tawashi multicolore.

5/ Enfilez les 5 premières bandelettes sur les rangées de clous de gauche et de droite, à l'horizontale.

6/ Tournez votre métier à tisser et répétez l'opération de l'autre côté en enchevêtrant cette fois les secondes bandelettes aux premières (une sorte de tressage : une dessous, une dessus et ainsi de suite).

7/ Une fois que toutes les bandelettes sont tressées entre elles, détachez la boucle de l'extrémité d'une bandelette d'un côté. Faites passer l'extrémité de la seconde bandelette dans la boucle de la première. Et ainsi de suite jusqu'à faire le tour de votre éponge tawashi.

8/ Conservez une boucle finale pour l'accrocher où bon vous semble !



Le savon « c'est moi qui l'ai fait » :

Il vous faut

70g de [savon de Marseille](#) râpé

1 cuillère à café de [macérât de calendula](#)

Facultatif : un colorant naturel comme du jus de betterave

Faites d'abord fondre à feu très doux le savon et le macérât.

Lorsque tout est bien fondu et mélangé, ajoutez le colorant à votre convenance puis versez le tout dans un joli moule.

Laissez ensuite refroidir plusieurs heures.

Tadam, ! votre savon "c'est moi qui l'ai fait" est enfin prêt !

Lessive Savon de Marseille :

- 2 l d'eau
- 50g de mélange de savon Marseille (ou Alep) authentique
- 30g de bicarbonate de sodium
- 1 bocal de 2.5 litres (ou un bac en plastique)

INSTRUCTIONS

1. Dans une grande casserole, portez l'eau à ébullition. Retirez du feu puis ajouter le savon en copeaux (si vous avez un bloc de savon, râpez-le au préalable). Mélanger quelques instants jusqu'à ce que le savon soit bien dissous.
2. **Laissez refroidir quelques minutes** (le mélange ne doit pas être brûlant mais chaud) puis ajoutez le bicarbonate de soude. Mélangez.
3. Transvasez votre lessive dans un bocal/bac. Attendez que le mélange soit revenu à température ambiante (quelques heures).
4. Pour la lessive au savon de Marseille uniquement : mixez à l'aide d'un mixeur plongeant et fermez votre bocal.

C'est prêt !

En fonction de la température et du mélange de savon que vous utilisez le mélange peut être plus ou moins solide. Je vous propose de transvaser votre lessive dans un grand bocal muni d'un couvercle et de prendre votre lessive à la louche. Cette technique fonctionne parfaitement autant pour les lessives qui seraient + liquides que celles qui auraient tendance à être « crémeuses ».

Adaptez le dosage en fonction du contenu de votre machine (commencez par 1/2 pot à yaourt par exemple et voyez si cela convient).

NOTES 1 fois par mois, il est fortement conseillé de faire **tourner votre machine à vide à 90 degrés** avec l'équivalent d'environ **2 pots de yaourt de vinaigre blanc**. Cela permet d'entretenir votre machine et d'éliminer les résidus gras du savon.

C'est qui, le plus écolo ? - Livre-jeux –
Dès 6 ans



Lulu, je suis écolo - Roman - Dès 7 ans



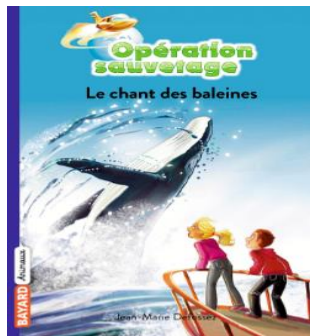
La fonte des glaces - BD Willy Wild - De 6 à
10 ans



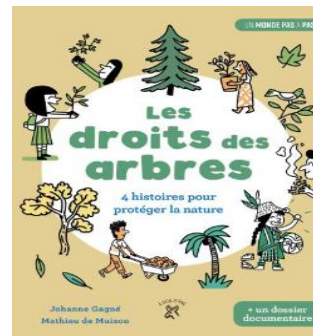
C'est quoi, l'écologie ? - Docu en BD - Dès
9 ans



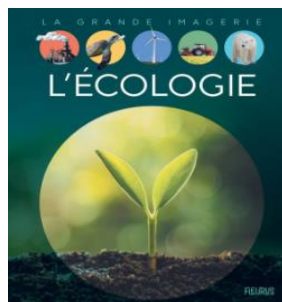
Le chant des baleines, opération sauvetage -
Roman - Dès 9 ans



Les droits des arbres - 4 histoires pour
protéger la nature - De 10 à 13 ans



La grande imagerie, L'écologie - Docu - Dès
10 ans



Céleste, ma planète - Roman - De 11 à 15
ans

