

Fiche outil - WEEKEND ZERO DECHET



Un projet Zéro Déchet participe à la réalisation des Objectifs de Développement Durable 12 - Consommation et Production Responsables et 13 - Mesures relatives à la lutte contre les changements climatiques. En réduisant les déchets et achetant des produits locaux de saison, le week-end permet aux jeunes de prendre conscience de leur pouvoir d'action face au changement climatique et au problème de pollution plastique (entre autres).

Objectifs :

Réaliser un weekend sans déchet.

Consommer local et de saison.

Avant le weekend :

Concevoir les menus

- Utiliser des ingrédients disponibles en vrac.
- Penser aux produits frais locaux et de saison. A adapter en fonction du lieu de weekend.



Pour équilibrer le budget, la consommation de viande peut être réduite à une fois par jour. Pour remplacer la viande : légumineuses, œufs (attention aux restrictions sur la cuisson).



Les légumineuses en vrac sont des produits secs. Il faudra les faire tremper une journée à l'avance. A prendre en compte dans l'organisation du weekend.

Trouver les lieux pour réaliser les achats

- Marchés pour les fruits et légumes, les produits laitiers, les produits animaux (viande, oeufs)
- Magasins en vrac pour les féculents, les céréales, le chocolat, les condiments ...



Privilégier les achats locaux et de saison.

Pendant le weekend :

- Acheter un maximum de produits secs en vrac.
- Acheter des produits frais sur un marché en apportant ses contenants et sacs réutilisables. Pour les produits laitiers et la viande, si ce n'est pas possible au marché, s'orienter alors vers des boutiques spécialisées (fromagerie, boucherie, ...).



Si pique-nique, privilégier un pique-nique sans déchet. Organiser un concours !

Pour aller plus loin :

- Pour l'achat de Jus : privilégier des cubis pour avoir moins de contenant (ou des bouteilles en verres consignées si vous arrivez à en trouver !).
- Penser à la possible collecte des invendus pour les fruits et légumes après le marché.
- Fabriquer ses propres produits : liquide vaisselle, shampoing, dentifrice.
- Fabriquer ses tawashis (éponges).
- Si possibilité : faire ses propres yaourts : (demander aux parents pour le prêt).
- Pas besoin de sopalin !