



Défi n°14 : Nous prenons soin des autres

Je propose à un ami de faire une balade avec moi plutôt que de jouer à la console.

Je prends des nouvelles des personnes qui étaient à côté de moi après la messe.

Semaine du 28/09/2020 au 04/10/2020

Défi n° 10 : On dit stop au gaspillage à la maison, à l'école, au travail

JOURNÉE MONDIALE
DE LUTTE CONTRE LA FAIM DANS LE MONDE
15 Juin 2019

À la cantine, les enfants montrent l'exemple !
Respecter ceux qui n'ont rien et respecter la Terre.



Si le grand cercle = toute la nourriture produite sur la Terre chaque année...
alors, la partie en rouge va « direct » à la poubelle, ou est gachée.



Ça veut dire quoi ?

Ça veut dire qu'on a :

- élevé, chassé, tué des animaux
 - pêché des poissons
 - cultivé et récolté du blé, des fruits et des légumes
 - dépensé beaucoup d'énergie d'eau et d'argent
 - pollué l'air, l'eau, les sols
 - coupé des forêts.
- POUR RIEN !!!



Heuu... !! On continue ??



Et si on décidait de changer ?

Commençons par le plus simple : à la cantine on peut faire quoi ??

- Goûter les plats avant de dire « J'aime pas ! »
- Respecter la nourriture, car on a la **chance** d'en avoir beaucoup !
- Partager les restes du plat avec d'autres enfants
- Terminer son assiette
- On peut aussi demander aux adultes de changer des choses, de montrer l'exemple
- Peser les poubelles de la cantine pour se rendre compte de ce qu'on jette.

En France on jette 38 kg de nourriture consommable par seconde (ADEME).



Ça c'est GÉANT !
Merci, bravo les enfants !!

Vous commencez à changer le monde en changeant les choses autour de vous.

Ça vaut aussi pour les grands :-)

Défi n° 11 : On replante ses déchets

Avant de mettre les déchets alimentaires au compost, demandez-vous si certains fruits et légumes pourraient repousser. Et pour cela, pas forcément besoin d'un jardin.

Faire repousser des légumes à partir de leurs épluchures ou restes peut sembler étonnant, voire même surréaliste, c'est pourtant tout à fait possible !

Exemple avec le poireau, dont la partie blanche « racineuse », placée dans un récipient en verre avec un fond d'eau et une bonne luminosité, pourra se développer. Pareil pour la laitue romaine, un laissant à peu près 5cm à partir de la base de la plante.

L'oignon, quant à lui, nécessite juste que l'on replante sa racine dans la terre à faible profondeur. Il repoussera en quelques semaines. C'est la magie du zéro déchet !



Plante d'avocat à partir de son noyau

Défi n° 12 : On fait des économies d'énergie

18°C TEMPÉRATURE RECOMMANDÉE LA NUIT

20°C TEMPÉRATURE RECOMMANDÉE EN JOURNÉE

Fermez les volets la nuit.

Installez des rideaux épais et fermez-les la nuit.

Évitez de faire pendre vos rideaux devant les radiateurs.

Laissez entrer la lumière.

Purgez régulièrement les radiateurs.

Placez vos appareils de froid loin des sources de chaleur.

Dégivrez régulièrement le congélateur et le réfrigérateur.

Nettoyez régulièrement la grille arrière du réfrigérateur.

Laissez refroidir les plats avant de les mettre au réfrigérateur.

Utilisez des casseroles adaptées à la taille des plaques.

Pendant la cuisson, couvrez les casseroles.

Coupez les plaques électriques un peu avant la fin de la cuisson.

Évitez d'ouvrir la porte du four pour vérifier la cuisson.

Ne prélevez pas la vaisselle.

Nettoyez régulièrement le filtre de votre lave-vaisselle.

Démarrez le nettoyage par pyrolyse après une cuisson (le four est déjà chaud).

Nettoyez et dépoussiérez les bouches de ventilation.

Régulez la température du chauffe-eau entre 55°C à 60°C.

Dès que la température extérieure est plus douce, baissez le chauffage.

Si vous partez plus d'une journée, mettez le chauffage en mode hors gel et coupez le ballon d'eau chaude électrique.

Essorez le linge au maximum avant de le mettre au sèche-linge.

N'utilisez pas plus de lessive que la dose recommandée.

Privilégiez les lessives portant l'Écolabel européen.

Privilégiez les cycles courts à basse température voire à froid.