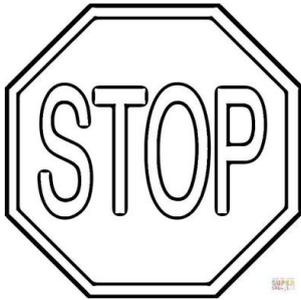
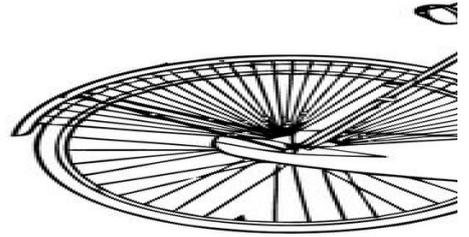


Et moi qu'est-ce que je peux faire ?

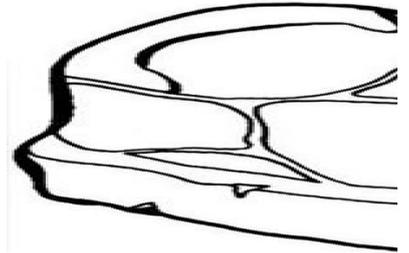
10 actions prioritaires pour une planète plus belle !

1 - Arrêter de prendre l'avion : partir en vacances en train, à vélo ou même en randonnée pédestre ...



2 - Utiliser la voiture le moins possible : privilégier les transports en commun, le vélo, la marche, limiter tous les déplacements inutiles (faire les trajets jusqu'au lycée en bus).

3 - Manger moins de viande : surtout du bœuf, privilégier la viande blanche (poulet, dinde...), les œufs, le fromage (penser aux alternatives végétales).



4 - Limiter ma consommation d'Internet : limiter le temps sur les réseaux sociaux, regarder moins souvent des vidéos sur YouTube ou Netflix...

5 - Faire le ménage dans ma boîte mail : Envoyer seulement les mails utiles et faire le ménage sur sa boîte mail régulièrement et supprimer les mails inutiles.



6 - Arrêter le plastique : Dès que possible, acheter un objet en verre réutilisable, recyclable et éco-conçu (gourde, Tupperware en verre...). Ne plus acheter de vêtements en polyester (un type de plastique fabriqué à base de pétrole).

7 - Ne plus acheter ou utiliser d'objets à usage unique : ne plus utiliser d'objets jetables (cotons-tiges, gobelets, assiettes jetables, pailles, serviettes en papier...). Éviter les emballages plastiques, utiliser des bocaux pour le vrac, se constituer une « panoplie » zéro déchets...



8 – Acheter Bio et local : pour limiter l'énergie due au transport et l'utilisation d'engrais et de pesticides.

9 – Limiter sa consommation : Avant d'acheter un objet, se questionner sur sa nécessité. Appliquer la méthode BISOU :

- **Besoin**. A quel besoin cet achat correspond-il ?
- **Immédiat**. Dois-je l'acheter immédiatement ?
- **Semblable**. N'ai-je pas déjà quelque chose de semblable ?
- **Origine**. Quelle est l'origine de ce produit ?
- **Utile**. Cet objet me sera-t-il vraiment utile ?

N'achetez que si c'est vraiment nécessaire. A chaque fois que c'est possible, préférez un objet respectueux des êtres humains et de la planète, durable, éco-conçu, recyclé et recyclable...

Vinted



10 – Choisir sa banque : Choisir une banque écoresponsable avec un impact limité sur l'environnement. Placer ses économies pour financer l'agriculture biologique, les entreprises locales ou écoresponsables et pas les industries pétrolières ou polluées.

Merci de ne pas jeter ce flyer réalisé par les 2nde 1 : offrez-le plutôt à un proche pour l'inciter à changer ses habitudes !

Sources (disponibles au CDI) :

*Famille en transition écologique – Jérémie Pichon et Bénédicte Moret
J'arrête de surconsommer – Marie Lefèvre et Herveine Verbeken
Zéro déchet – Béa Johnson*