



# NO WASTE FOREVER

1

Utilise la méthode des 5R: Refuser, Réduire, Réutiliser, Recycler, Retourner à la terre

2

Fais ton bilan carbone en famille sur [Footprint calculator.org](https://www.footprintcalculator.org)

3

Evite d'acheter des produits sous emballage plastique

4

Utilise des cosmétiques (savon, shampoing...) sans emballage

5

Trie tes déchets à la cantine et à la maison

6

Fais ton propre goûter, sans sur-emballage. Pas de bonbons en petits sachets !

7

Mets un calendrier des légumes et fruits de saison sur le frigo

8

Fais attention à l'origine des produits, lis les étiquettes en détail, s'aider de Yuka ou autre

9

Rationne ton assiette pour ne pas jeter. Prendre ce que je vais manger !

10

Essaie de faire une semaine sans viande, ou réduis en ta consommation

11

Mets un timer sous la douche de 4mn, éteins le robinet quand tu te savonnes.

12

Vide ton verre d'eau pas fini dans une plante, récupère l'eau froide de la douche

13

Eteins les lumières, ne les mets pas en plein jour, éteins les appareils en veille

14

Propose l'un de ces défis à tes parents, ou aux adultes qui t'entourent

15

Achète d'occasion (vêtements, jeux,...) et surtout ton matériel informatique et ton smartphone!

16

Fais attention au Greenwashing, renseigne toi sur les différents labels

17

Renseigne toi sur l'impact de la Fast Fashion sur l'environnement

18

Avant d'acheter de nouveaux vêtements, en as tu vraiment besoin?

19

Fabrique tes cadeaux: atelier couture, cuisine, bricolage

20

Sois créatif et customise ou upcycle tes vieux vêtements!

21

Privilégie les matières durables quand tu fais du shopping

22

Fais attention aux envois de photos sur les réseaux sociaux et le streaming vidéo (TikTok notamment)

23

Débranche ton téléphone (et son chargeur) quand il est chargé

24

Supprime les mails de ta boîte mail, notamment les fichiers lourds

25

Dépose les produits électriques et électroniques dans un point de collecte

26

Trie tes photos sur ton ordi et ton smartphone

27

Ecoute un podcast, documentaire sur les initiatives durables inspirantes (Demain, Animal, Bigger than Us...)

28

Sensibilise toi aux enjeux climatiques et ODD via des quiz, jeux, etc..

29

Organise une collecte pour une association locale

30

Viens à l'école en transports doux, tous les jours.

NE T'ARRÊTE PAS !

#NWF



Jane Goodall Institute France