



LOMBRIC *mag*

Parution de mai 2024

APPRENDRE LE TRI ET LA PRÉVENTION DES DÉCHETS AUX ENFANTS

LE LIVRET DE
JEUX
PÉDAGOGIQUES



LES MOTS MÊLÉS "ANTI-GASPI"

- COMPOSTER
- FAIT-MAISON
- GOURDE
- POTAGER
- RECYCLER
- REPARER
- REUTILISER
- STOP PUB
- TAWASHI*



* Le tawashi est une petite éponge écologique qui se fabrique avec des chutes de tissus, comme une paire de chaussettes trouées (mais propres !) par exemple.

Dans cette grille de mots mêlés, retrouve et entoure les astuces "anti-gaspi". Les mots sont cachés verticalement de haut en bas et horizontalement de gauche à droite. Une lettre peut servir plusieurs fois.

F	C	O	M	P	O	S	T	E	R
A	A	C	K	W	B	O	P	L	E
I	P	O	T	A	G	E	R	G	U
T	A	W	A	S	H	I	R	O	T
M	R	F	L	E	G	Q	N	U	I
A	R	E	C	Y	C	L	E	R	L
I	F	J	A	L	R	H	U	D	I
S	T	O	P	P	U	B	Z	E	S
O	Y	J	N	M	X	A	A	L	E
N	I	O	R	E	P	A	R	E	R

LE JEU DES 7 ERREURS

Retrouve dans l'image les 7 déchets qui n'ont pas leur place dans la nature et entoure-les.



Solution : Un trognon de pomme, une bouteille en plastique, une canette de soda, une peau de banane, un emballage de gâteaux, un sac plastique, une bouteille en verre

QUIZ : DURÉE DE VIE DES DÉCHETS

Un déchet jeté dans la nature met des années à se dégrader et pollue pendant plusieurs années, voire plusieurs décennies, notre environnement.

Devinez combien de temps ces déchets jetés dans la nature vont mettre à disparaître.

Pneu :

- 400 ans
- Non biodégradable

Canette :

- 200 ans
- 50 ans

Bouteille plastique :

- 10 ans
- 400 ans

Cigarette :

- 3 ans
- 3 mois






Réponses : Canette : 200 ans / Bouteille plastique : 400 ans / Pneu : non biodégradable / Cigarette : 3 ans

Tuto zéro déchet

LE TAWASHI : L'ÉPONGE ÉCOLOGIQUE Facile - 20 min - Économique

Réalisé à partir de tissus de récupération, le tawashi sert à faire la vaisselle, le ménage, essuyer la table... Vous pouvez conserver le métier à tisser pour refaire des tawashis à l'infini et varier les couleurs en utilisant des tissus différents.

Ustensiles :

-  1 carré en bois de 20 cm de côté environ
-  28 clous de taille moyenne
-  1 marteau, 1 règle et 1 crayon
-  1 t-shirt ou 1 paire de chaussettes (ou tout autre vêtement avec des parties en tube)
-  1 paire de ciseaux

Le métier à tisser :

1. Dessiner un carré de 16 cm de côté sur la planche en bois et marquer un repère tous les 2 cm (7 repères par côté).
2. Planter un clou sur chacun des repères (à l'exception des angles du carré).

Le tawashi :

1. Découper 14 tubes d'environ 6 à 8 cm de long et 2 à 3 cm de large dans la chaussette ou la manche d'un t-shirt.
2. Enfiler 7 des bandes sur les clous, dans la largeur du métier à tisser. Puis passer dessus-dessous les 7 autres bandes dans la longueur de façon à former un tissage.
3. Retirer une boucle de son clou, la passer dans la boucle voisine et ainsi de suite jusqu'à la dernière boucle, qu'il faut bien serrer et qui deviendra l'attache de l'éponge.

Retrouvez le tutoriel vidéo sur lombric.com et YouTube.

QUIZ : LES ÉCOGESTES

Les éco-gestes sont de petites pratiques simples à mettre en œuvre pouvant aider à diminuer la pollution et participant à l'amélioration de notre environnement. Quelles sont les bonnes habitudes que vous avez adoptées ? Cochez la/les bonnes réponses.

A. Que faire avec les jouets dont je ne veux plus :



- Les jeter
- Les donner / les revendre
- Les mettre au grenier

B. Pour un pique-nique éco-responsable, il vaut mieux :



- Des assiettes en plastique
- Des essuie-tout jetables
- De la vaisselle réutilisable

C. Lorsque des piles ne fonctionnent plus, où doit-on les jeter ?



- Dans le bac jaune
- En magasin dans un contenant dédié
- Dans le bac des ordures ménagères

D. Pour transporter sa boisson, il est préférable d'utiliser :



- Une gourde
- Une canette
- Une bouteille en plastique

E. Pour faire les courses, il est conseillé :



- D'apporter des sachets en tissu
- De se munir de sacs réutilisables
- D'acheter les aliments déjà emballés

F. Que faire des épluchures de fruits et légumes :



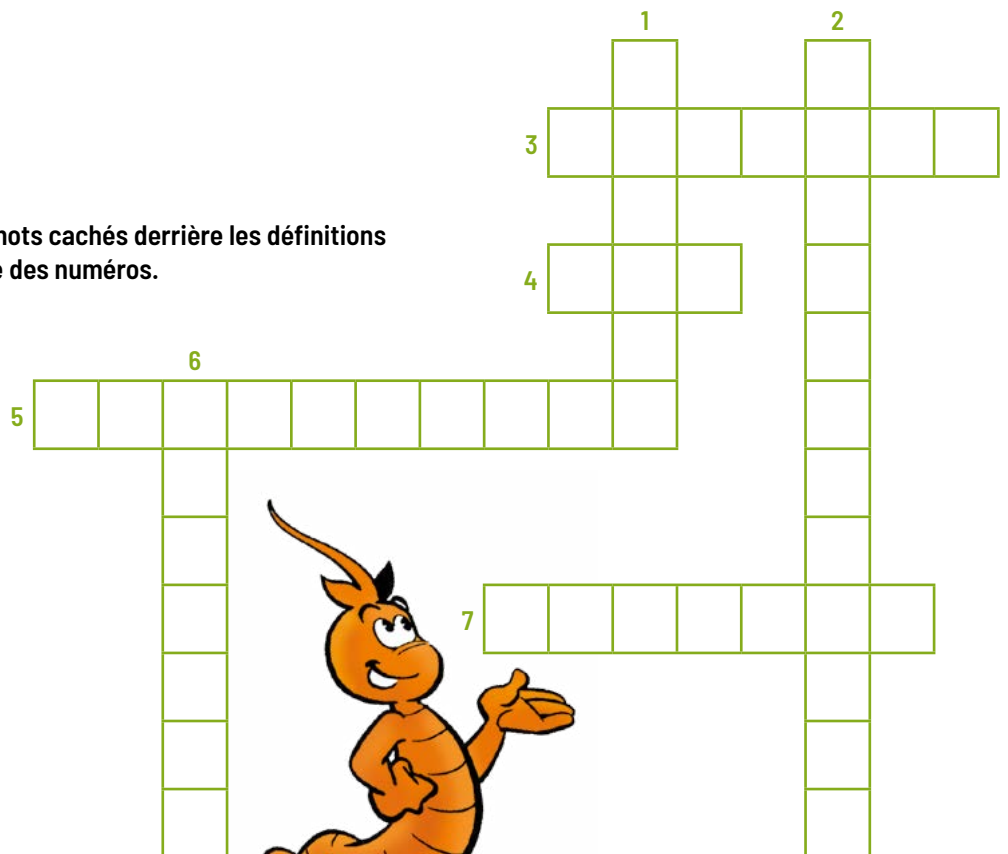
- Les composter
- Les jeter
- Les cuisiner

Réponses : A : les donner (en Recyclerie, à ses proches, une association) ou les revendre (vide-greniers, internet etc.) • B : de la vaisselle réutilisable (cela évite les déchets inutilisés) • C : en magasin dans un contenant dédié (elles contiennent des produits dangereux pour l'Homme et la nature qui nécessitent un traitement particulier : c'est pourquoi il ne faut pas les jeter dans vos bacs à la maison, elles peuvent déclencher des feux au centre de tri) • D : une gourde (qui se réutilise à l'infini) • E : apporter des sachets en tissu et se munir de sacs réutilisables (l'achat en vrac de permet de réduire son impact environnemental et le poids de sa poubelle) • F : les composter (pour produire du compost pour nourrir le potager) ou les cuisiner (chips sucrées ou salées)

MOTS CROISÉS

Pour compléter la grille, trouvez les mots cachés derrière les définitions et reportez-les au bon endroit à l'aide des numéros.

1. Contenant qui permet d'éviter l'utilisation de bouteilles d'eau en plastique.
2. Pratique commerciale qui consiste à utiliser de faux arguments écologiques pour vendre.
3. Ver qui participe à la création du compost.
4. Geste qui permet de donner une seconde vie aux déchets.
5. Lieu de revente d'objets de seconde main.
6. Sert à enrichir les sols de vos plantations.
7. Éponge zéro déchet faite à partir de tissus de récupération.











Solutions : 1. Gourde / 2. Greenwashing / 3. Lombric / 4. Tri / 5. Recyclerie / 6. Compost / 7. Tawashi

MUFFINS À LA BANANE Facile - Économique - Préparation : 15 min - Cuisson : 15 min

Ces muffins sont très rapides à réaliser et nécessitent peu d'ingrédients. Parfaits pour le goûter, ils sont personnalisables : n'hésitez pas à adapter la recette en fonction de vos goûts (pépites de chocolat, amandes, noix, myrtilles...). Des bananes un peu trop mûres traînent dans votre cuisine ? Vous avez maintenant une excuse pour vous cuisiner ces délicieux muffins !



Ingrédients (6 gros muffins)

-  200 g de bananes bien mûres (sans la peau)
-  2 œufs
-  40 g de sucre
-  40 g d'huile d'olive ou de beurre fondu
-  180 g de farine
-  1 sachet de levure chimique ou 5 g environ de bicarbonate alimentaire
-  1 pincée de sel
-  **Facultatif** : des pépites de chocolat, des amandes ou des myrtilles

Recette

1. Préchauffer le four à 200°.
2. Dans un saladier, écraser les bananes à la fourchette puis ajouter les œufs, le sucre et l'huile. Fouetter le tout jusqu'à obtenir un mélange homogène.
3. Ajouter la farine, le sel et la levure (ou le bicarbonate) et mélanger.
4. **Facultatif** : ajouter les pépites de chocolat, les amandes ou les myrtilles et mélanger.
5. Répartir la préparation dans les moules à muffins.
6. Enfourner 15 minutes (en fonction de la puissance de votre four) à 200°.

Lombric Mag 89

LES MOTS MÊLÉS

- METAL (emballage)
- SACS (papier ou plastique)
- PAPIERS
- JOURNAUX
- MAGAZINE
- TRIER
- CARTONS (emballage)
- CANETTE (en aluminium)
- BARQUETTES (emballage)
- SACHET (emballage)



Dans cette grille de mots mêlés, retrouvez et entourez les emballages et papiers qui auront leur place dans le bac jaune ou la borne enterrée dédiée, dès le 1er janvier 2023. Les mots sont cachés verticalement de haut en bas, horizontalement de gauche à droite et en diagonale. Une lettre peut servir plusieurs fois.

C	V	E	F	I	S	R	M	Z	P
A	A	O	G	R	A	M	A	T	A
R	U	N	M	L	C	I	G	J	P
T	O	K	E	A	S	L	A	O	I
O	Y	S	T	T	I	U	Z	C	E
N	A	T	A	D	T	R	I	E	R
S	P	O	L	R	F	E	N	N	S
R	S	A	C	H	E	T	E	D	A
I	P	J	O	U	R	N	A	U	X
B	A	R	Q	U	E	T	T	E	S

QUIZ : QUEL TRIEUR ÊTES-VOUS ?

Répondez aux questions et comptabilisez vos bonnes réponses pour connaître votre profil de trieur.



1. Depuis le 1^{er} janvier, votre geste de tri est simplifié car vous triez tous les emballages et :

- Les jouets en plastique
- Les journaux, magazines et papiers
- Les pots de fleurs

2. Je peux mettre des dosettes en aluminium dans le bac jaune :

- Vrai
- Faux

3. Je peux jeter mes piles usagées dans la poubelle d'ordures ménagères :

- Vrai
- Faux

4. Quels sont les bons réflexes anti-gaspi :

- Faire une liste de courses
- Acheter ce qui me fait envie
- Jeter les restes

5. Je possède des vêtements en bon état que je ne porte plus, je peux :

- Les jeter à la poubelle
- Les donner, les troquer, les vendre
- Les déposer dans une borne à vêtements

6. Je peux laisser le bouchon sur ma bouteille en plastique avant de la jeter dans le bac jaune :

- Vrai
- Faux

Vous avez 6 bonnes réponses :

Félicitations, le tri n'a plus de secrets pour vous ! Vous cherchez à réduire vos déchets ? Vous pouvez consulter notre site lombric.com qui recense de nombreuses astuces, recettes et tutos anti-gaspi.

Vous avez entre 0 et 5 réponses :

Le tri vous pose encore quelques problèmes, mais ne désespérez pas ! Vous retrouverez toutes les consignes de tri sur notre site lombric.com. Vous pouvez également nous rendre visite à l'occasion de nos animations (rubrique "agenda" de notre site internet).

Réponses : 1. Des journaux, magazines et papiers. Les jouets et pots de fleurs ne sont pas des emballages ; 2. Vrai ; l'aluminium se recycle. 3. Faux : les piles sont des déchets dangereux et doivent être évacués dans des bacs spécifiques (en mairies, magasins, déchèteries, etc.). 4. Préparer une liste de courses permet d'acheter ce dont on a besoin et ainsi éviter de jeter des aliments non consommés. 5. Vous pouvez donner, troquer, vendre ou déposer vos vêtements dans une borne dédiée afin de leur donner une seconde vie. 6. Vrai : le bouchon en plastique se recycle ;

Recette anti-gaspi

SMOOTHIES ANTI-GASPI

Les smoothies sont une solution idéale pour éviter de jeter ses fruits et légumes trop mûrs. Nous vous proposons quelques associations gourmandes, à adapter selon vos goûts et les saisons.



Recette

Pour réaliser un smoothie, rien de plus simple : il suffit de laver, éplucher et couper en gros morceaux les fruits et légumes (frais ou surgelés), puis de les passer au mixeur.

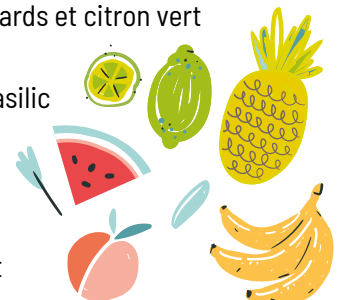
En option : ajouter un peu de lait ou de yaourt (animal ou végétal) pour le rendre plus onctueux et quelques glaçons pour servir.

 **Idée n°1 :** fruits rouges et basilic



 **Idée n°2 :** banane, avocat, épinards et citron vert

 **Idée n°3 :** banane, ananas et basilic



 **Idée n°4 :** pastèque et menthe

 **Idée n°5 :** pêche, miel et yaourt



TROUVE LE CHEMIN DES DÉCHETS

Relie chaque déchet à son bac correspondant, afin qu'ils puissent tous obtenir une seconde vie.



Réponses : La gourde de composte, le sachet de gâteau et la boîte de pizza : dans le bac jaune des emballages. Ils seront recyclés afin de produire notamment de nouveaux emballages. / Le reste de poulet, la viennoiserie et le sandwich : dans la borne à déchets alimentaires. Leur traitement permet la production de compost ou de GNV (Gaz Naturel pour Véhicules). / Les couches, les mouchoirs usagés et le jouet cassé : dans le bac des ordures ménagères. Leur traitement permet la production de chaleur et d'électricité.

MOTS CASÉS

2

1

8

6

11

4

3

5

9

7

10

Complète la grille ci-contre à l'aide des définitions fournies et devine la thématique de ce magazine dans les cases vertes (indice : on en parle dans le dossier de ce numéro).

1. Permet de transformer ses déchets organiques de manière naturelle et écologique
2. Lieu fleuri où l'on cultive des plantes, sauvage ou entretenu
3. Terre provenant de la décomposition des végétaux
4. Transformer les déchets en énergie
5. Parcelle sur laquelle on cultive des légumes destinés à sa propre consommation
6. Procédé qui permet de couper à ras le gazon
7. Consiste à couvrir le sol avec des matériaux naturels (broyat, foin, paille)
8. Transformer une cannette de soda en cadre de vélo
9. Source de matière et d'énergie accessible dans la nature
10. Lieu aménagé pour accueillir les déchets encombrants et dangereux
11. Diminuer ses déchets

MA CHAUSSETTE SENTEUR AMUSANTE

Matériel :

- Une chaussette
- Un ruban
(vous pouvez réutiliser les fins rubans se trouvant au col des vêtements neufs)
- Du riz
- De la lavande
- Des ciseaux
- Du fil
- Une aiguille
- Des boutons



Réalisation de la chaussette senteur

- 1 Couper** la chaussette en deux, dans la largeur.
- 2 Découper** le haut de la chaussette en petites lamelles.
- 3 Coudre** les 2 boutons, à l'aide du fil, de l'aiguille et des boutons, pour faire les yeux.
- 4 Remplir** la chaussette de riz et de lavande, et bien tasser.
- 5 Nouer** le haut de la chaussette avec le ruban.

Vous obtenez une petite chaussette senteur amusante, à mettre dans vos armoires, tiroirs ou placards !

+ d'emballages triés, c'est + de matière à réutiliser !

