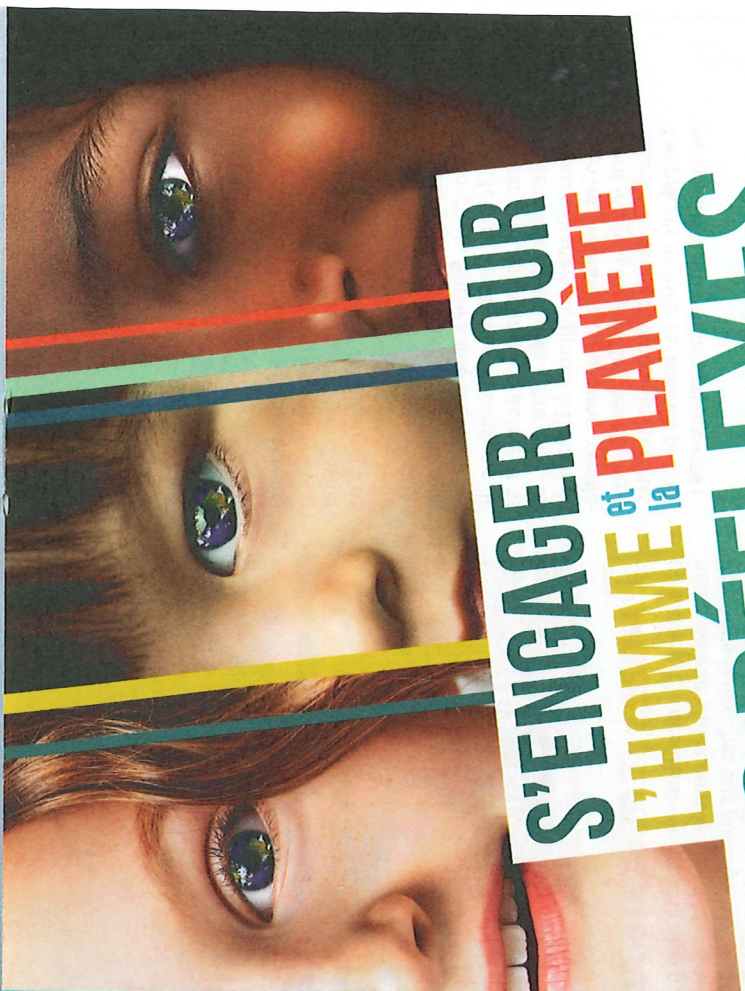


**SEMAINE DES APEL**  
du 13 au 20 mars 2020



# S'ENGAGER POUR L'HOMME et la PLANÈTE 8 RÉFLEXES À PRENDRE EN FAMILLE



## S'ENGAGER POUR L'HOMME ET LA PLANÈTE

La semaine des Apel est une semaine qui permet d'organiser des actions dans chaque établissement autour d'une thématique définie nationalement et déclinée dans tous les établissements de métropole et des DOM. C'est une occasion unique de découvrir ce que fait l'Apel dans votre établissement lors de cette semaine qui a lieu, cette année, du 16 au 21 mars. Pour la première fois, cette semaine des Apel a la thématique de notre congrès.

L'Apel a décidé de s'engager pour l'Homme et la Planète et a choisi la thématique « Enjeux écologiques. Défis éducatifs » pour le congrès national du 5 au 7 juin prochain, à Deauville. La sauvegarde de notre maison commune est un enjeu majeur auquel les jeunes sont très sensibles et sur lequel nous devons, nous parents, nous mobiliser également. Le mouvement des Apel se met ainsi en chemin pour deux ans en reliant congrès et semaine des Apel.

Cette semaine des Apel est donc une formidable occasion de nous mettre en route, tous ensemble, pour élargir notre réflexion et nous engager dans des actions simples et concrètes, à l'école comme à la maison, pour aboutir à des engagements réalistes et durables. Sachons lancer des initiatives pratiques, permettant de tous nous sensibiliser à ces enjeux. Soyez imaginatifs, créatifs, et nous savons déjà que quelques belles initiatives sont en cours de préparation dans certains endroits pour le bénéfice des jeunes et des moins jeunes.

Belle semaine des Apel à tous.

Gilles Demarquet, président national de l'Apel  
Vincent Goutines, vice-président national de l'Apel.

## DES CHIFFRES QUI PARLENT

### NATURE ET BIODIVERSITÉ

**60**

C'est le nombre de nouvelles espèces exotiques envahissantes qui s'installent chaque année en France.

### CHANGEMENT CLIMATIQUE

Dans le pire scénario, le réchauffement climatique pourrait grimper de 7°C d'ici à 2100.

**+7°C**

### URBANISATION

**280 000**

Hectares d'espaces naturels supplémentaires pourraient être urbanisés d'ici à 2030.

### OcéANS

**50%**

de l'oxygène atmosphérique respiré par l'homme est fourni par les océans.

### MIGRATIONS HUMAINES

**250 MILLIONS**

Le nombre estimé de réfugiés climatiques en 2050.

### ANIMAUX

**30 178**

espèces sont classées menacées parmi les 112 432 étudiées.

### ALIMENTATION

**10 MILLIONS**

de tonnes de denrées alimentaires sont perdues ou gaspillées.

Chaque année en France



DÉTACHEZ



PLIEZ



TOURNEZ

BONNE LECTURE

# 1 CE N'EST PAS SI COMPLIQUÉ DE TRIER SES DÉCHETS

Poubelles jaunes, vertes, grises et parfois bleues... Pas facile de s'y retrouver, mais ce geste est important pour l'environnement. Si nous jetions tous nos déchets dans une seule poubelle, il serait impossible de les recycler. Si vous avez envie de vous impliquer dans le recyclage de vos biodéchets, qui représentent plus d'un tiers de nos ordures, vous pouvez demander à la mairie l'autorisation d'installer un composteur collectif au pied de votre immeuble ou dans votre commune. Simple et créateur de lien social, le compostage partagé valorise vos déchets de cuisine et crée un compost directement utilisable dans vos jardins et plantes en pot.



# 2 UNE VIE EN DEHORS DU STREAMING

Le streaming vidéo mondial émet autant de CO2 que l'Espagne. Pour diminuer son impact, débranchez votre box et votre télévision lorsque vous ne les utilisez pas, regardez des vidéos sur votre ordinateur plutôt que sur votre smartphone, en Wi-Fi plutôt qu'en 4G. Rien ne sert d'utiliser YouTube pour écouter de la musique, la vidéo tourne pour rien. Téléchargez vos musiques pour les écouter hors connexion. Si le prix d'un DVD, plus écologique, est trop cher, optez pour son achat en version dématérialisée. Sur les réseaux sociaux, désactivez l'option autoplay et si vous êtes à la recherche d'un tuto ou d'une recette, préférez toujours la version écrite à la vidéo.



# 3 J'APPRENDS À VOYAGER SANS LAVION

L'avion est le mode de transport le plus néfaste pour le climat. Si vous voulez malgré tout l'utiliser, la première solution consiste à voyager léger. Selon Air France, 1 kg en moins à bord sur tous ses avions permet d'économiser 69 tonnes de gaz à effet de serre par an. Si vous souhaitez connaître l'impact carbone de votre voyage, le simulateur de la fondation GoodPlanet peut s'avérer utile. Pour des destinations à moins de 1 000 km, pensez au train, au bus et au covoiturage, quitte à organiser votre périple sur plusieurs jours. Pour de longs trajets, le voyage en cargo peut être une expérience intéressante, plus écologique mais aussi plus chère que l'avion.



# 4 DES FRUITS EXOTIQUES, OUI MAIS...

Vous aimez manger des fruits exotiques, mais vous êtes conscients que leur transport pollue la planète. Si vous ne pouvez pas vous en passer, veillez à ce qu'ils soient issus d'une filière responsable et labellisée, attentive à la qualité des produits et aux conditions de travail de ses producteurs. Si vous n'êtes pas en mesure de le savoir, consommez local vous fera découvrir de nouvelles variétés vendues par les producteurs au plus près de chez vous. Que ce soit en ville ou en province, l'inscription à une Amap, association pour le maintien d'une agriculture paysanne, permet de respecter la saisonnalité, en limitant les intermédiaires, donc le CO2.



Grâce à la table de tri installée dans la cantine, les élèves de l'école St-Michel, à Yvetot (776), (label éco-école en juin dernier) acquièrent de nouvelles habitudes.

# 5 STOP AU GASPILLAGE ALIMENTAIRE

Le gaspillage alimentaire représente 29 kg par an par habitant. Pour le réduire, rédigez votre liste de courses afin d'éviter les achats compulsifs. Veillez aussi à ne pas avoir le ventre vide car la faim pousse naturellement à acheter plus. En magasin, pensez à vérifier les dates de péremption. Sachez que les aliments secs, le miel, les boîtes de conserve, le chocolat et les surgelés peuvent se consommer bien après cette date. De retour à la maison, placez à l'avant du frigo les produits à consommer rapidement. Au lieu de jeter les restes, soyez créatifs, inventez de nouvelles recettes. Les pelures de fruits et légumes peuvent se transformer en chips savoureuses !



Le lycée Jeanne d'Arc, au Havre (76), est engagé depuis plusieurs années dans l'opération Plage propre.

# 7 MODE : JE RÉSISTE AUX ACHATS INUTILES

Le textile est la deuxième industrie la plus polluante après le pétrole. Pour agir à votre petite échelle, optez pour la seconde main. Renseignez-vous sur les brocantes, vide-dressings et marchés aux puces près de chez vous. Jetez un œil sur les sites d'occasion avant de vous laisser tenter par des modèles neufs. L'application de vêtements Vinted présente de très bonnes occasions. Des sites comme Le Closet, Tale Me ou Le Grand Dressing se sont lancés dans la location de vêtements sous forme de box à renouveler pour une mode made-in-local et transparente. Enfin, le site Geav repère toutes sortes d'objets gratuits, à deux pas de chez vous.



Les élèves de 6<sup>e</sup> du collège St-Michel, à Hérouville Saint-Clair (14), ramassent les déchets sur l'ensemble du groupe scolaire en un temps limité. Une façon d'associer sport et écologie.

# 8 CE QUE L'ON PEUT FAIRE SOI-MÊME

Lorsque l'on souhaite réduire ses déchets, l'idéal est d'apprendre à faire soi-même. Rien de plus simple que de fabriquer sa lessive maison à base d'eau, savon de Marseille, bicarbonate et cristaux de soude. Si vous aimez la couture, fabriquez-vous avec le furoshiki pour emballer vos cadeaux avec du simple tissu réutilisable. Pour remplacer le papier aluminium, faites fondre quelques billes de cire d'abeilles sur du coton léger et réalisez vos bee wraps personnalisés. Très ludique à réaliser avec vos enfants : le tawashi, une éponge fabriquée avec du tissu de récup'. De nombreux livres, sites et blogs peuvent vous accompagner dans votre transition écologique.



# 6 DES ALTERNATIVES AU PLASTIQUE

D'après un récent rapport de WWF, la France est le plus gros producteur de déchets plastiques en Méditerranée. Gourde, cotons-tiges réutilisables, paille et couverts en inox... Des alternatives existent déjà, comme les cosmétiques solides, vendus dans des contenants durables ou même sans aucun emballage. Pour vous démaquiller, préférez les cotons lavables aux cotons jetables. En cuisine, le film éirable peut être remplacé par des charlottes en coton enduit, adaptables aux contenants. Pour vos courses, privilégiez le vrac afin d'acheter au plus près de vos besoins. Des sacs en coton réutilisables vous faciliteront la tâche.



Retrouvez notre sélection de sites, applis et livres sur [www.apel.fr](http://www.apel.fr)

