

NUMERO 2 · NOVEMBRE 2021

POUBELLE LA VIE !

NEWSLETTER DU DEFI ZERO DECHET DE LA REGION DE PAIMPOL



DEFI : NOUS VOICI !

CONCOURS DE NOEL

p. 2

LES ATELIERS A VENIR

p. 3-4

ZOOM SUR... REFUSER

p. 5

TU CHERCHES ?

JE DONNE !

p. 5

RETOUR EN IMAGES

p. 6

Merci encore pour la journée de lancement pleine d'ondes positives, qui a fait débuter le défi sous les meilleures auspices (p. 6) !

Nous n'avons pas eu l'occasion de vous montrer la vidéo d'encouragements que nous a concoctée Claire, de l'asso finistérienne Côte Waste. Pour celles et ceux qui ne l'ont pas vue sur Facebook, voici le lien : [Claire, Côte Waste.](#)

Après la 1ère réunion d'équipe, vous allez vous lancer concrètement dans le défi. Objectif : -50% ! Peut-être avez-vous déjà assisté à des visites qui vous ont montré qu'il y a du boulot pour limiter nos déchets... Les 1ers ateliers (p. 3-4) vous permettront de découvrir quelques astuces pour les réduire.

La fin de l'année approche : êtes-vous partant pour un concours de sapin de Noël en récup' (p. 2) ? Prouvons que Noël est compatible avec une démarche zéro déchet !

Nous inaugurerons une rubrique "tu cherches ? je donne !" qui permettra de mettre en place un système d'échange grâce au défi : rendez-vous p. 5.

Nous, on est plus que jamais motivées ! C'est parti !

Anne-Laure et Fanny, Osez zéro déchet !



MON BEAU SAPIN DE NOËL EN RECUP' !

du 6 décembre au 15 décembre

Participez au concours du plus beau sapin de Noël en récup' !

Mon beau sapiiiin, roi des décheeeeets !

- Réalisez votre sapin et ses décorations zéro déchet (récupérez, recyclez, inventez !) puis prenez-en 3 photos (3 angles différents)
- Envoyez vos photos + une petite lettre expliquant au Père Noël à quel point vous avez été un pro du zéro déchet pour faire votre sapin à :
contact@osezzerodechet.bzh
→ avant le 15 décembre 23h59...
- Comme on sait que certains d'entre vous sont des grands enfants, le concours est ouvert à tous, de 0 à 99 ans !
- Les photos et les lettres seront soumises à un jury composé d'animateurs du défi.
- Des lots zéro déchet récompenseront les meilleures réalisations : balade en poney, livres sur le zéro déchet ou... 10 kg de crottin de cheval (hé hé ! c'est le moment de penser au potager !)

Concours réservé aux participants du défi zéro déchet de la région de Paimpol

ET SI ON FABRIQUAIT NOS DECOS ENSEMBLE ?

Certains en sont devenus des pros, d'autres ont essayé, d'autres se sont dit que ça serait bien mais n'ont pas eu le temps...

Bref, si on prenait un moment ensemble pour fabriquer nos propres décos de Noël ?

Même si vous ne participez pas au concours de sapin de Noël en récup'...

Ici, pas de "formateur", mais un moment partagé, autour d'un café, pour tester des tutos et recettes afin de fabriquer nos décos de Noël zéro déchet !

- mercredi 8 décembre - 15h-18h (possibilité de ne venir que sur une partie de ce créneau horaire : merci de le préciser dans ce cas) - Paimpol - 15 places (+ enfants)

Inscriptions avant le 1er décembre à
contact@osezzerodechet.bzh

Et pour patienter, fabriquez
votre calendrier de l'avent en
rouleaux de papier toilette :

[lien calendrier](#)

ATELIERS SERIE 1

Inscriptions aux ateliers
avant le 1er décembre
par mail à
contact@osezzerodechet.bzh

C'est parti pour les ateliers ! Apprenons ensemble des astuces pour limiter nos déchets au quotidien.

Le nombre d'inscrits à chaque atelier est limité : n'hésitez pas à transmettre vos nouvelles connaissances aux membres de votre équipe après chacun d'entre eux, pour en faire bénéficier le plus de monde possible ! Certains ateliers pourront être à nouveau proposés plus tard dans le défi.

Pass sanitaire non requis pour l'ensemble de ces ateliers



COUTURE

Fabriquez vos accessoires zéro déchet (lingettes, essuie-tout, sac à vrac) avec Véronique, pour être parés à dire non aux contenants et emballages !

- samedi 4 décembre - 10h-12h - Paimpol - 10 places

→ Pour cet atelier, venez avec une machine à coudre si possible

FUROSHIKI

Prêts à emballer ? Avec le furoshiki, technique japonaise de pliage et de nouage du tissu, apprenez à emballer vos cadeaux et dites bye bye à l'effemère papier cadeau.

Initiation proposée par l'Atelier des Folies.

- jeudi 9 décembre - 18h-19h - Paimpol - 10 places
- jeudi 9 décembre - 19h-20h - Paimpol - 10 places



→ Venez avec vos cadeaux et vos foulards / morceaux de tissus de récup' en format carré !

SAVONS



Venez réaliser un savon par la méthode de saponification à froid. Un mélange de 3 huiles, de la lessive de soude, un peu de précaution, et au final, la fierté d'avoir un beau savon maison !

- dimanche 12 décembre - 10h-12h - Paimpol - 12 places
- Aucun matériel nécessaire

PRODUITS MENAGERS ET EONGES



Zéro déchet, économiques et aussi efficaces que les produits du commerce, venez fabriquer vos produits ménagers !

Vos chaussettes et collants troués se transformeront en éponge "Tawashi" et vous apprendrez à fabriquer de la poudre à lave-vaisselle, du liquide vaisselle et un nettoyant pour plaque vitrocéramique et four.

En bonus, des petites astuces pour nettoyer les vitres, le poêle à bois, le fond des WC... et même le nez !

- samedi 18 décembre - 14h-16h - Paimpol - 10 places

→ N'oubliez pas d'apporter vos contenants (pots en verre, flacon "pousse mousse"...)
et un économie.

FABRIQUER UN OBJET EN BOIS



En prenant pour exemple un tire botte, apprenez à faire un objet en bois, de la conception à la réalisation. Vous vous familiariserez ainsi avec l'utilisation de nombreux outils (scie à bois/sauteuse/cloche, perceuse, râpe à bois, visseuse, papier à poncer...).

L'objectif ? Savoir "faire soi-même", cher à Marie-Noëlle et Eric, qui animeront cet atelier.

- mercredi 15 décembre - 15h-17h - Pléhédel - 6 places

→ Si vous avez certains outils utiles à cet atelier, apportez-les !

ZOOM SUR... "REFUSER"

La démarche zéro déchet est souvent résumée dans l'expression "5R" (refuser, réduire, réutiliser, recycler, rendre à la terre).

Le premier d'entre eux, refuser, est la base de ce mode de vie, qui vise à réduire l'impact de nos déchets.

REFUSER C'EST...

... se poser la question : est-ce que je peux éviter ce déchet ?

Concrètement, il s'agit de refuser les produits à usage unique et de privilégier le durable, de ne pas acheter de produits suremballés, de dire non aux échantillons et prospectus..

DES PISTES POUR REFUSER

Pour s'engager dans un mode de vie zéro déchet, il faut procéder par étapes. Pourquoi ne pas commencer par appliquer ce premier R ?

- faites vos prochaines courses avec vos contenants : prenez des sacs en tissus au lieu des sacs en papier/plastique pour acheter en vrac fruits, légumes, produits secs...
- demandez au boucher, poissonnier, etc. de mettre ce que vous achetez dans une boîte (même dans les grandes surfaces, certains acceptent... après - parfois - vous avoir regardé bizarrement, mais on s'en fiche, non ?).
- si ce n'est pas déjà fait, collez l'autocollant STOP PUB sur votre boîte aux lettres (disponible à la mairie de Paimpol)
- désabonnez-vous des mailing lists auxquelles vous avez été abonnés automatiquement (en tout petit, en bas du mail...)

TU CHERCHES ? JE DONNE ! (...ET VICE-VERSA)

Marie cherche des fruits à glaner. Si vous avez des kiwis ou autres (hors pommes) qui se perdent dans votre jardin, n'hésitez pas à la contacter !

Tél : 07 83 55 41 59

Cédric a de la confiture de cidre qu'il est prêt à échanger contre d'autres confitures ou conserves.

Tél : 06 30 21 22 39

Quelque chose à donner, à échanger, à trouver ?
envoyez un mail à
contact@osezzerodechet.bzh

RETOUR EN IMAGES SUR LA JOURNÉE DE LANCEMENT



A très bientôt !