

NUMERO 4 · FEVRIER 2022

POUBELLE LA VIE !

NEWSLETTER DU DEFI ZERO DECHET DE LA REGION DE PAIMPOL



DERNIERE LIGNE DROITE !

ET MAINTENANT ?

p. 2

LES ATELIERS A VENIR

p. 3-6

LES EQUIPES

p. 7-8

TU CHERCHES ?

JE DONNE !

p. 8

RETOUR EN IMAGES

p. 8

Et oui, déjà 4 mois...

C'est bientôt l'heure du bilan, mais vous avez probablement déjà constaté que vos poubelles ont diminué alors que vous deveniez des spécialistes des astuces zéro déchet.

Cette newsletter sera donc la dernière. Vous y trouverez les ateliers de mars et avril : ils sont nombreux pour cette dernière phase et complèteront au mieux, nous l'espérons, vos connaissances et votre pratique de la démarche zéro déchet.

N'oubliez pas de visiter le site web de l'association pour (re)découvrir les astuces zéro déchet pour chaque thématique de la maison.

Et bien sûr, rendez-vous le samedi 30 avril pour une après-midi de retrouvailles à l'occasion de la clôture du défi !

Anne-Laure et Fanny, Osez zéro déchet !

ET MAINTENANT ?

Le bilan...

Nous entrons dans le dernier tiers du défi. Il vous reste une ou deux réunions d'équipe et pesées. Elles seront l'occasion de revenir sur le déroulement du défi et d'en faire le bilan : ce qui a fonctionné, ce qui reste difficile, ce que vous garderez dans vos habitudes quotidiennes, etc.

Concernant le défi d'équipe, pas de prise de tête ! Si vous n'arrivez pas à le mettre en œuvre, il peut être reporté à plus tard. Il peut également s'agir d'une balade en groupe (notre région est si belle !), à l'occasion de laquelle vous ramasserez des déchets... Bref, l'idée est de partager un moment, de réaliser un projet commun, mais en aucun cas de s'imposer une corvée ou un objectif trop ambitieux et irréalisable. Vous avez déjà réalisé un beau défi en suivant cette aventure !

Dernière pesée

La première et la dernière pesée sont les plus importantes pour déterminer les progrès réalisés dans la réduction de vos déchets au cours des six mois du défi.

N'oubliez pas de la transmettre à votre capitaine d'équipe avant le 15 avril, afin que nous puissions vous présenter le bilan lors de la clôture du défi !

CLOTURE DU DEFI : RENDEZ-VOUS LE 30 AVRIL !

On croise les doigts pour avoir un aussi beau soleil qu'au lancement... Mais sinon, ce n'est pas grave, il y aura quand même un gros programme !

→ 15 h

Rendez-vous pour un moment partagé (c'est encore en projet... nous vous en dirons plus bientôt !)

→ 17 h

Bilans et assemblée générale de l'association, suites à donner....

→ 18 h 30

Apéritif dinatoire en mode auberge espagnole.

Avant la journée de clôture, vous recevrez un petit questionnaire. Il nous permettra de dresser le bilan du défi et nous pourrons, à partir de vos réponses, vous présenter le bilan du défi le 30 avril.

ATELIERS SERIE 3



Ce sont les derniers ateliers du défi !
Il n'y en a jamais eu autant, alors profitez-en !
N'hésitez pas à vous inscrire pour parfaire vos connaissances des astuces zéro déchet !

BEE WRAP / GOLO KOAR



L'atelier est reprogrammé ! Découvrez et fabriquez un emballage alimentaire écologique, lavable et réutilisable.

Après l'atelier, auberge espagnole pour poursuivre l'échange !

- vendredi 4 mars - 18h-21h - Paimpol - 9 places

→ Vous pouvez apporter vos chutes de tissus (coton ou lin) si vous en avez.

COSMETIQUES

Audrey, de l'Atelier des Folies, vous apprendra à fabriquer un baume à lèvres et un déodorant avec peu d'ingrédients simples que l'on trouve en vrac.

- mercredi 9 mars - 19h-20h - Paimpol - 10 places
pass sanitaire/vaccinal : en fonction de la réglementation à la date de l'atelier



→ Vous pouvez apporter un tube vide ou des petits pots en verre, si vous en avez.

COUCHES LAVABLES ET JEUX EN RECUP'



Le Relais Petite Enfance de Paimpol et Osez zéro déchet vous proposent de découvrir les couches lavables (intérêt écologique et économique, aspects pratiques). Venez également découvrir des astuces pour fabriquer des jeux en récup' pour les petits !

L'atelier est également ouvert aux non-participants au défi, sur inscription.

- samedi 12 mars - 10 h30-11h30 - Paimpol ou Lanloup
- 8 places

LACTO-FERMENTATION

Apprenez à réaliser des conserves grâce à la technique de lacto-fermentation, ainsi que des boissons à base de kéfir.

- samedi 12 mars - 10 h-12h - Paimpol - 8 places

→ Apportez 1 bocal type "le Parfait" avec joint caoutchouc, 1 bouteille type limonade, des épinards frais et un citron !



TOILETTES SECHES & MARMITE NORVEGIENNE



Grâce à Cédric, les toilettes sèches et la marmite norvégienne faits maison n'auront plus de secrets pour vous !

- dimanche 13 mars - 14h-15h - Paimpol - 8 places

→ Aucun matériel requis

NUMERIQUE RESPONSABLE



Si le numérique est souvent associé à un monde virtuel, ses impacts sur l'environnement sont, eux, bien réels. Perrine Tanguy, du collectif GreenIT.fr, vous propose de les découvrir et d'apprendre comment les réduire, à notre échelle.

- samedi 19 mars - 14h30-16h - Paimpol - 30 places
pass sanitaire/vaccinal : en fonction de la réglementation à la date de l'atelier

COUTURE

Plébiscité par les participants, l'atelier couture revient ! Anne-Laure et Véronique vous proposent de vous retrouver pour partager un moment convivial autour de la couture.

- samedi 26 mars - 10h-12h - Paimpol - 15 places
pass sanitaire/vaccinal : en fonction de la réglementation à la date de l'atelier



→ Venez avec vos travaux de couture en cours, avec ou sans machine.

COMPOSTER, LE B.A. BA



C'est l'incontournable du jardin pour réduire le volume de la poubelle noire... Marie-Noëlle et Eric vous prodigueront de précieux conseils pour construire votre composteur et gérer simplement votre compost.

- samedi 2 avril - 15h-17h - Pléhédel - 20 places
- Aucun matériel requis



APERO ZERO DECHET



Semeuses d'alternatives vous propose de préparer trois recettes simples et gourmandes à partager ensuite à l'occasion d'un quiz et d'un échange sur nos habitudes de consommation.

- *mercredi 6 avril - 18h30-20 h - Paimpol - 12 places*
pass sanitaire/vaccinal : en fonction de la réglementation à la date de l'atelier

→ Aucun matériel requis

CUISINE VEGETARIENNE

Cet atelier porte sur la cuisine végétarienne simple pour tous les jours, sur le principe de "all in one pot": céréales et légumineuses pour les protéines, aromatiques et légumes pour les vitamines et les fibres, et des petits plus pour varier les consistances: tout cuit dans la même sauteuse et dans le même temps (environ 20 minutes).



- *samedi 9 avril - 15h-17h - Paimpol - 5 places*

pass sanitaire/vaccinal : en fonction de la réglementation à la date de l'atelier

→ Apportez une sauteuse, une cuillère en bois et des légumes.

TOUT EST BON, RIEN A JETER !



Comment trier et réutiliser vos déchets verts au jardin ? Tri d'un sac de max 100 L par participant, en compagnie de membres de l'association J'accueille la nature.

- *samedi 23 avril - 15h-17h - Pléhédel - 10 places*

→ Apportez votre poubelle de déchets compostables et/ou ce que vous apporteriez en déchets verts à la déchetterie

LES EQUIPES !

Après les Parfaits consignés, les To be tri et les Tricotards, voici les quatre autres équipes engagées dans le défi.

LES WASTE BUSTERS

Encore une équipe très motivée, avec des projets de chorégraphie, de jingle et même de logo ! Ils partagent un certain goût du déguisement et profitent de leurs réunions pour échanger un truc zéro déchet par famille. Grande nouvelle : ils ont aussi accueilli leur premier bébé zéro déchet dans l'équipe il y a un mois !



LES TRIS"K"AILES

Un groupe de "wonder mothers" et leurs familles, qui mettent un point d'honneur à s'amuser tout en gardant l'objectif de -50% de déchets bien en vue. La preuve ? Des réunions en visio et un leitmotiv de circonstance : "avec les Tris'k'Ailes, les poubelles s'envolent"!

LE CORPS-BOUSIER

Les bousiers de la corporation du Corps-bousier sont des êtres très sociaux. Et comme ils sont aussi très gourmands, ils aiment se retrouver pour partager de délicieux pique-niques ou encore des goûters bavards à l'orée de la forêt. Mais les bousiers n'ont pas que faim, ils ont aussi soif. Cela leur permet de rêver à l'élaboration d'un excellent breuvage nommé bière, apparemment très apprécié d'un bon nombre de bousiers. Certains brassent aussi l'idée de jouer de la musique avec des légumes. Bref la marmite est en ébullition ...



LES YES WE TRY !

Une équipe du pôle transition écologique de Guingamp-Paimpol agglomération, partenaire d'Osez zéro déchet !, s'est aussi lancée dans le défi. Ils sont 7, motivés par Marie, et ont notamment réalisé un sapin de Noël zéro déchet pour leur service !



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

Juliette donne un poulailler fait maison, en palettes.
La contacter au 06 59 87 27 29

Anne-Laure et Cédric donnent des vêtements (jusqu'à 3 ans) et quelques jouets d'enfant.
Tél : 06 50 60 77 83

Yael a déménagé à Paimpol, mais dans son nouveau logement, pas de composteur !
Il cherche donc quelqu'un qui en aurait un et qui pourrait accueillir ses déchets compostables (bio !)
Tél : 07 82 32 06 94

Antoine donne deux radiateurs électriques (il ne sait pas si c'est un cadeau !;-)
Tél. 06 37 57 85 26

Fanny donne des bouteilles en verre (1 l) type jus d'orange.
La contacter au 06 98 31 61 75

Quelque chose à donner, à échanger, à trouver ?
N'hésitez pas à partager sur le groupe facebook d'Osez zéro déchet !

RETOUR EN IMAGES



Didoux ↗



Ma maison change d'air



Le hibou, c'est chouette ! ↗

RDV le 30 avril !