



Défi Zéro Déchet, troisième mois ! Bravo et merci pour votre engagement et votre participation !

Nous sommes à mi-parcours. Bravo à toutes et tous !

La clôture du défi énergie aura lieu le 25 mai, ce sera l'occasion pour nous de vous présenter les résultats intermédiaires du défi déchets, donc profitez-en pour relire le [Fil rouge](#), rassemblez vos photos des gestes réalisés dans la newsletter et sur le fil rouge et envoyez-les nous à defi@zds.fr !

Rejoignez le groupe facebook des défis !

Il vous permettra d'interagir entre vous, de communiquer vos photos et de partager vos expériences.

→ [Cliquez ici pour vous inscrire sur le groupe](#)



Des tutos !

Parce qu'il est difficile de se libérer pour vous une fois par mois pour les rencontres, nous avons cessé de les organiser. Nous vous envoyons donc des tutoriels sélectionnés sur le net, pour pouvoir expérimenter de chez vous, en équipe, différentes fabrications DIY: Envoyez-nous des photos!

- Comment s'habiller de façon éco-responsable. [La video.](#)
- Tutoriel pour réaliser la pierre d'argile. [La vidéo de Carole.](#)
- Produit multi-usages : [La vidéo](#)
- La recette du shampoing solide : [La recette](#)

A noter qu'on peut bien évidemment utiliser d'autres poudres : rhassoul, shikakai etc et HE (ylang ylang est top) et comme tensioactif préférer celui de la vidéo plus doux que le SLHA.

- Un des incontournables du zéro déchet, l'éponge tawashi! [Ici](#)

- Fabrication de lingettes démaquillantes : [Ici](#)
 - Le déodorant : [La vidéo](#)
 - La lessive : [La vidéo](#)
 - Dentifrice : [La vidéo](#)
-

Mai dans le salon, les chambres et le bureau l'aventure vers le Zéro Déchet continue !

Le zéro déchet dans les autres pièces de la maison

Dans notre défi vers la réduction des déchets, nous allons poursuivre le mois de mai sur le thème du salon, des chambres et du bureau... il n'y a pas de raison que l'on ne s'attaque pas à ces déchets cachés, qui bien souvent remplissent trop vite nos poubelles ou celles des industriels.



La plupart des gens ne connaissent pas la notion de déchet caché, appelé également "sac à dos écologique". Produire une innocente brosse à dent demande ainsi 1,5 kg de déchets, souvent délocalisés, un ordinateur 1,5 t. Les 390 kg de déchets ménagers que chaque Français produit chaque année représentent peanuts à côté des déchets cachés (50 t par an). Pourtant lorsqu'on est dans une dynamique Zéro Déchet comme la nôtre, il ne s'agit pas que de s'attaquer au volume de la poubelle. En consommant autrement, on agit aussi sur la partie immergée de l'iceberg des déchets. On réfléchit à toute la vie du produit, depuis l'extraction des matières qui ont permises de le fabriquer jusqu'à sa fin de vie : matières renouvelables ou non, procédé d'extraction de ces matières polluants, lieu de fabrication, mode de transport, durée d'utilisation au sein du foyer, mode de traitement une fois devenu un déchet...

Les alternatives dans toutes les pièces de la maison :

- **Rien de neuf !** Des millions d'objets sont déjà en circulation : et si on les utilisait en priorité, plutôt que d'acheter des objets neufs ? La production d'un manteau neuf représente 110 kg de matière première. Le défi lancé par Zéro Waste France est une bonne occasion de s'interroger sur nos modes de consommations : <https://riendeneuf.org/>
Parmis les alternatives au neuf, sur facebook nous pouvons conseiller [Sharing is caring](#), il y a aussi le [bon coin](#), les [vides greniers](#), les SEL (Systèmes d'Echanges Locaux), vides dressing, Emmaüs...
- **L'économie de la fonctionnalité** consiste à remplacer la notion de vente du bien par celle de la vente de l'usage du bien. C'est se rendre à la médiathèque, à la ludothèque, c'est louer ou emprunter une perceuse ou des vêtements pour enfants. C'est penser usage plutôt que propriété pour nos objets du quotidien peu utilisés ou utilisés sur une courte période.
- **Réparer ensemble** : c'est l'idée des [Repair Cafés](#) dont l'entrée est ouverte à tous. Outils et matériel sont disponibles à l'endroit où est organisé le Repair Café, pour faire toutes les réparations possibles et imaginables. Vêtements, meubles, appareils électriques, bicyclettes, vaisselle, objets utiles, jouets, et autres. D'autre part sont présents dans le Repair Café des experts bénévoles, qui ont une connaissance et une compétence de la réparation dans toutes sortes de domaines.
- **Emprunter, mutualiser** : Nos maisons et appartements sont encombrés d'objets que nous n'utilisons presque jamais... Service à fondue, perceuse, débroussailleuse, sac de couchage, et tant d'autres choses que nous avons achetées une fois, par besoin ou par pulsion frénétique d'achat, et qui prennent la poussière au fond d'un placard, d'une cave ou d'un garage, et qu'on garde « au cas où »... Alors pourquoi ne pas en faire profiter d'autres qui en auraient besoin ? Voici quelques plateformes de prêt : [ShareVoisins](#), [Mutum](#), [Preтик](#) ou encore [Pumpipumpe](#).
- **Se meubler** : Emmaüs, Titi international (Illkirch), le bon coin, le bouche à oreille, les vides greniers, et plein d'autres idées encore sur [défriendeneuf.org](#)
- **Petit et gros électroménager** : plateforme de prêt en ligne ou entre voisins (en plaçant par exemple une liste des objets que l'on peut prêter avec plaisir à ses voisins dans le hall d'entrée). Là aussi Facebook, le bon coin peuvent être de bons alliés dans vos recherches, et le Repair Café peut vous permettre de lutter contre l'obsolescence programmée en réparant votre électroménager ! Il y a aussi [Envie](#), qui propose de l'électroménager réparé garanti. Envie travaille selon plusieurs engagements : social (employé en réinsertion), économique (garantie d'un an minimum) et environnemental. Envie, acteur du développement durable affiche un principe de transparence dans la gestion de ses flux, de ses filières et des conditions de traitement de ses propres déchets. Envie est certifié ISO 14001 et ISO 9001 et a pour objectif raisonné la prolongation de la durée de vie des équipements électriques et électroniques. Envie contribue ainsi à la préservation de l'environnement.
- **S'habiller** : lorsqu'il s'agit des vêtements, plusieurs deux courants s'opposent parfois, ici nous préférons les rendre complémentaires ! Vêtements seconde-main ou mode éthique neuve ? Les vêtements en matières synthétiques, même d'occasion déversent une grande quantité de microfibres à chaque lessive. Les vêtements en matières 100% biodégradables ne posent pas ce problème. Toutefois pour fabriquer un vêtement, même éthique, bio et certifié oekotex, une grande quantité de matière première est nécessaire. L'industrie de la mode est l'une des plus polluantes. Pour les vêtements, nous pouvons peut-être citer

Vivienne Westwood : “less is more” ou “buy less” ! Quelque soit l’option que vous choisirez, voici des sites où trouver de l’occasion : [Vinted](#), [percentil](#), [videdressing](#),... À Strasbourg plusieurs [friperies](#), pour tous les budgets : Froc’n’roll, le Léopard,... Et encore d’autres alternatives sur : <https://riendeneuf.org/>

Pour la mode éthique : [1083](#), [Ekyog](#),... la liste est de plus en plus longue !

Pour creuser la question : [une chouette vidéo](#), [une conférence Zéro Waste France](#) et un article de [France Inter](#).

Et encore un peu de lecture à propos du [greenwashing](#) des grandes marques :)

- **Lire** : acheter des livres d’occasion (site [Recyclivre](#), boutiques solidaires) aller à la bibliothèque, prêter et emprunter des livres !

La chambre des enfants

- **Couche lavable** : en moyenne un enfant utilise 1 tonne de couches jetables entre sa naissance et ses 3 ans. Non recyclable, elles mettent aussi les enfants en contact avec de nombreux produits toxiques. Les couches lavables (et lingettes lavables) existent en de nombreux modèles, pour toutes les tailles. Astuce : vous pouvez aussi réaliser votre liniment ! Il existe aussi des [services de location et lavages de couches](#) pour celles et ceux qui n’ont pas la place, le temps ou l’envie de les laver ! Si vous avez des questions à ce sujet des bénévoles de l’association Zéro Déchet Strasbourg peuvent vous renseigner.
- **Jouets** : que ce soit en ludothèque, sur le bon coin, sharing is caring, en vide grenier, chez [Oxfam](#) ou chez [Carijou](#), nombreuses sont les alternatives à l’achat de jouets neufs ! Acheter durable, en évitant le plastique peut aussi être une belle option.
- **Bibliothèque et ludothèque** : de nouveaux jeux et de nouveaux livres... tous les mois, ou toutes les semaines !
- **DIY** ! Pourquoi pas fabriquer de la colle ([une recette ici](#)) et de la pâte à modeler ([une recette ici](#)) : maîtrise des ingrédients, biodégradabilité, économique et ludique à faire avec ses enfants !
- **Le goûter** : à la crèche, chez la nounou, à l’école, le goûter peut être préparé dans des gourdes à compote réutilisables, des boites en inox ou autre tupp ! Les bâtons de carottes, fruits sec, cookies et muffins maisons auront du succès dans la cours de récré ! (et en plus... c’est sain et économique !). De plus les enfants souhaiteront vite participer à leur préparation et vous passerez un bon moment ensemble (attention au léchage de casserole :D)
- **anniversaire** : fêter les anniversaires des enfants en famille ou avec les copains/ines peut devenir un vrai casse-tête zéro déchet... mais peut aussi devenir une excuse à la créativité ! En indiquant par exemple sur les cartons d’invitations une petite mention expliquant le principe zéro déchet. Les décorations peuvent être empruntées, fabriquées à base de récup, les cadeaux peuvent être des “bons pour” un moment ou une expérience à passer ensemble (au parc, au cinéma,...) et la vaisselle non jetable!
- **fournitures scolaires** : récup’, occasion, labellisées, et sans emballage quand c’est possible.

Dans le bureau

- **à la maison comme au travail** : imprimer en cas de stricte nécessité, garder les papiers non utilisés sur les deux faces pour leur permettre d'être réutilisés, utiliser des crayons de couleurs à la place des fluos et feutres en plastique, investir dans un stylo à encre rechargeable (d'occasion ? pourquoi pas !), acheter du mobilier d'occasion (et pourquoi pas le repeindre d'une couleur flashy), acheter son ordinateur d'occasion,...
- **installer un navigateur éthique** : google ne l'est pas mais pourquoi? récupération des données, fiscalité "à part", manque de transparence et partialité dans les résultats de recherche. Il existe plusieurs navigateurs possibles : Qwant (start-up française), Lilo le moteur de recherche qui finance des projets inspirants (l'utilisateur octroie des "gouttes" au projet/association de son choix, comme à Zéro Déchet Strasbourg qui est répertorié;-)), "Duckduckgo" n'a pas d'historique de recherche enregistré, Ecosia qui transforme nos recherches internet en plantation d'arbres dans des zones déforestées.
- **j'adopte des éco-gestes** : par exemple, je mets en veille mon ordinateur le soir et le week-end (en veille un ordinateur utilise encore jusqu'à 40% de sa consommation en fonctionnement). Je supprime régulièrement mes mails, notamment ceux qui contiennent de grosses pièces jointes, je me désinscris de newsletters non souhaitées.

Pour l'explication, ce qui pollue, c'est le stockage des emails. Lus ou pas les emails doivent être stockés dans un data center, qui demande énormément de ressources pour les refroidir, donc plus il y a d'emails, plus y a de data center et plus on émet du CO2 et consomme de l'énergie.



Les gestes du mois (tous ou au choix !)

Envoyez-nous une photo des nouveaux gestes mis en place et vous ferez gagner 200 points à votre équipe ! Vous pouvez aussi partager vos photos sur le groupe facebook des défis !

Je me rends dans un repair café pour réparer un appareil, un vêtement, mon vélo... :

- [Lieux et dates sur l'Eurométropole](#) avec l'association Repair Café
- [Repar'Action](#) chaque premier jeudi du mois à 20h15 à la Fabrique (Strasbourg-Koenigshoffen)
- Bricolobar ponctuels à la maison citoyenne (Strasbourg-Neudorf)

Je fais le tri de mon armoire et donne ou vends des vêtements dont je n'ai plus besoin

Je me désinscris de newsletters qui ne m'intéressent pas et je trie ma boîte mail!

Je vais faire un tour chez Carijou avec les enfants

Si je suis invité à un mariage, j'adopte une tenue de seconde main

Je prends un abonnement à la bibliothèque

Des questions

Pour toute autre question, contactez-nous à defi@zds.fr

Nous vous avons préparé une FAQ avec les questions les plus souvent posées.

- **Comment faire mes pesées ?** En fonction du poids de votre poubelle, vous pouvez utiliser : votre balance de cuisine (<2-5 kg), votre balance dans la salle de bain (>5kg) ou le peson fourni par l'association (pour récupérer votre peson, contacter julie@zds.fr).
- **Comment rejoindre une équipe ?** Vous pouvez consulter les équipes participantes sur le site <http://alsace.familles-a-energie-positive.fr/>. Il vous suffit ensuite de prendre contact avec richard.lemoine@alteralsace.org pour demander à rejoindre l'équipe sélectionnée. Le capitaine de cette équipe devrait vous recontacter assez rapidement. Si vous êtes plusieurs amis ou collègues motivés pour créer votre propre équipe, Richard peut également créer une nouvelle équipe en vous y intégrant. Il suffit simplement de désigner un capitaine.
- **Je me sens seule avec mes questions ?** Pour poser vos questions, vous pouvez rejoindre : le groupe facebook dédié pour les [familles à énergie positive Alsace](#), contacter votre capitaine ou votre équipe ou encore nous écrire un mail à defi@zds.fr.

Avant de nous quitter, c'est le moment de nous dire comment se passe ce défi pour vous !

N'oubliez pas que vous n'êtes pas seuls dans ce défi : vos capitaines, votre équipe ou la communauté facebook sont là pour vous aider.

Et pour toute question, contactez-nous à defi@zds.fr

Vous pouvez nous laisser un avis sur votre ressenti par rapport à ce défi en répondant à ce court questionnaire de manière anonyme.

[C'est par là que l'on donne son avis !](#)

Bon mois de mai à tous.tes !

A très bientôt pour une prochaine newsletter,

L'équipe Zéro Déchet Strasbourg