







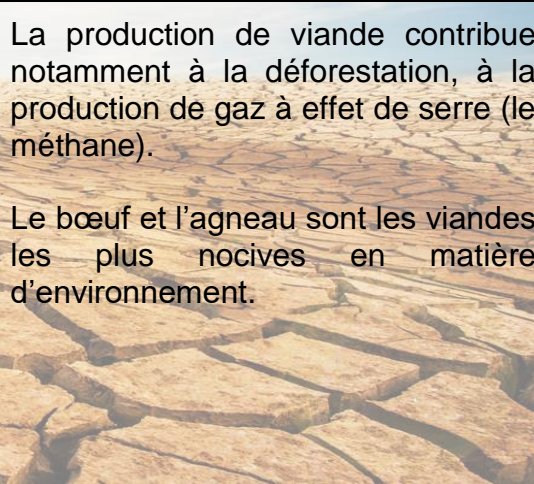
La journée d'un ado normal vs la journée d'un ado qui fait attention.

Ado normal	Ado qui fait attention (Solutions)	Résultats Chiffres Etc.
<p>Il respire.</p> 		<p>Un être humain expire en moyenne 1 kilo de dioxyde de carbone par jour.</p>
<p>Il utilise la voiture.</p> 	<p>Il utilise le bus, le vélo, les transports en commun.</p> 	<p>La construction de nouvelles routes fragmente les espaces naturels.</p> <p>A cela s'ajoute les émissions de CO₂.</p> <p>Moyenne pour tous les transports de personnes (2007) : 118 g/km</p>
		<p>Moyenne bus standard : 75 g/km</p> <p>Vélo/à pied : 0 g/km</p>
<p>Il utilise la lumière et oublie de l'éteindre.</p> 	<p>Il ouvre ses rideaux.</p> 	<p>Le processus de fabrication de certains modèles de lampes est particulièrement énergivore.</p> <p>Certains matériaux employés, comme le gallium et l'indium, sont des ressources qui non seulement ne se recyclent pas mais disparaissent également à vue d'œil.</p>



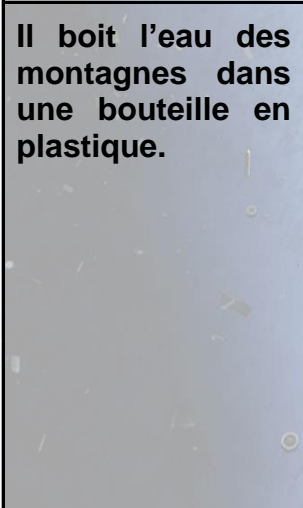



<p>Il utilise le chauffage, le poêle.</p>	<p>Il met un pull.</p>	<p>Les récentes études européennes démontrent que la combustion de la biomasse (chauffage au bois) contribue d'une manière importante à la pollution de l'air.</p>
<p>Il a des feuilles de cours.</p>	<p>Il a des cours sur ordinateur. Il recycle son papier.</p> <p><i>(La fabrication de papier recyclé consomme moins d'énergie et moins d'eau que la fabrication de papier à partir de fibres vierges.)</i></p>	<p>Il faut 2 à 3 tonnes de bois pour fabriquer une tonne de papier classique.</p> <p>250 000 hectares de forêt tropicale disparaissent chaque semaine à travers le monde, cela représente 25 fois la superficie de Paris !</p>
<p>Il ne trie pas bien ses déchets.</p>	<p>Il trie et recycle ses déchets.</p>	<p>Trier ses déchets permet de préserver l'environnement :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Recycler ses cartons évite l'abattage de milliers d'arbres chaque année. • Recycler le verre permet d'économiser du sable. • Recycler le plastique réduit la consommation de pétrole.




<p>Il mange de l'huile de palme.</p> <p><i>(Elle se trouve essentiellement dans les pâtes à tartiner, mais aussi dans les barres chocolatées, dans un grand nombre de plats préparés et dans les matières grasses.)</i></p>	<p>Il mange des produits sans huile de palme.</p> 	<p>L'huile de palme cause :</p> <ul style="list-style-type: none"> • La déforestation à grande échelle, notamment dans les forêts primaires en Indonésie et en Malaisie (déjà -72% de forêt en Inde) ; • La destruction de l'habitat naturel de plusieurs espèces menacées ; • L'érosion et l'appauvrissement des sols ; • La pollution des sols, de l'eau et de l'air ; • De fortes émissions de gaz à effet de serre.
<p>Il mange une tartine de chocolat.</p>		<p>Eh oui... le chocolat aussi ! Le cacaoyer nécessite beaucoup d'eau (il faut 2400 litres d'eau pour faire 100 g de chocolat).</p> <p>Résultat : Aujourd'hui, la culture du cacao fait peser une forte pression sur les écosystèmes.</p>
<p>Il mange de la viande.</p> 	<p>Conseil :</p> <p>Pour choisir une viande moins polluante, il faut qu'elle provienne de petites exploitations où les animaux sont élevés en plein air et nourris en pâturage.</p>	<p>La production de viande contribue notamment à la déforestation, à la production de gaz à effet de serre (le méthane).</p> <p>Le bœuf et l'agneau sont les viandes les plus nocives en matière d'environnement.</p> 



<p>Il boit du café.</p> 	<p>Il boit de l'eau.</p> 	<p>En théorie, le café est une plante qui pousse sous l'ombre des arbres, mais pour que la production soit plus intensive, il est cultivé en pleine lumière, moyennant souvent une déforestation intense, l'utilisation de pesticides et d'eau ainsi que l'érosion des sols.</p>
<p>Il boit l'eau des montagnes dans une bouteille en plastique.</p> 	<p>Boit de l'eau du robinet dans un verre.</p> 	<p>D'innombrables bouteilles finissent comme déchets dans les milieux naturels et contribuent à la pollution, notamment celle de l'océan. De plus, plusieurs études ont montré que l'eau en bouteille contient plus de résidus de produits plastiques ou chimiques que l'eau du robinet dans les pays développés. En 2018, une étude Orb Media montrait même que l'eau en bouteille était deux fois plus contaminée aux résidus plastiques que l'eau du robinet.</p>

Attention les fruits ne sont pas ce qu'il y a de mieux.

<p>Il mange des bananes, des mangues ou des pêches</p> 	<p>Si on cherche des fruits écologiques, on peut se tourner vers les pommes, les poires ou encore les oranges (en saison), car elles nécessitent beaucoup moins de facteurs polluants pour pousser correctement.</p>	<p>Les fruits sont délicieux, certes, mais ce sont aussi eux qui demandent le plus d'eau et de pesticides pour être produits en quantités industrielles.</p> <ul style="list-style-type: none"> • 1200 litres d'eau pour 1 kg de pêches, • 800 litres pour 1 kg de bananes, • 1600 pour les mangues • 3000 pour les dattes. <p>Et ne comptez pas sur les fraises pour rectifier le tir. Dans la plupart des pays, elles nécessitent encore plus d'eau, de pesticides, de fertilisants et d'engrais.</p>
---	--	---



Quelles sont les solutions ?

Il est vrai qu'à la fin de cette liste, nous avons un peu l'impression que tout ce que nous mangeons/ faisons est mauvais pour l'environnement... Et c'est un peu vrai ! Tout ce que nous produisons a un impact sur l'environnement.

La question que nous devons nous poser est celle-ci :

« **Dans quelle mesure cet impact est-il soutenable pour l'écosystème** » ?

- Fournir de la viande industrielle tous les jours et ce pour 7 à 9 milliards de personnes ? Ce n'est pas soutenable !
- Manger des mangues venues de l'autre bout du monde, hors saison et régulièrement ? Pas sûr que cela soit soutenable non plus !
- Utiliser 24h/24h la voiture, la lumière, le chauffage ou encore le papier... cela ne fera qu'aggraver la situation !

Faire un peu attention à tous nos petits gestes de la vie quotidienne pourrait amener à un énorme changement.

Respecter quelques règles pour adopter une alimentation plus soutenable aussi :

- Privilégier les aliments les plus sobres et les plus nourrissants ;
- Éviter autant que possible les aliments trop polluants et garder ces petits plaisirs pour des occasions particulières (le sucre, le chocolat ou la viande par exemple) ;
- Choisir les filières les moins polluantes, celles qui utilisent le moins de pesticides et ont les pratiques agricoles les plus écologiques.

Cela sera meilleur pour l'environnement, le climat, l'écologie, mais avant tout **pour vous ! Et votre santé !**

Éditeur responsable : Les STEM 3R

Contact : stem@providencechampion.be



Cofinancé par le
programme Erasmus+
de l'Union européenne



http://www

Nos sources :

<https://www.geo.fr/environnement/huile-de-palme-ses-veritables-consequences-sur-lenvironnement-193387>
<https://ecoinfo.cnrs.fr/2010/11/23/les-impacts-de-la-fabrication-du-papier/>
<https://www.passeportsante.net/fr/Actualites/Dossiers/DossierComplexe.aspx?doc=dechets-tri-selectif-poubelle-economie#>
https://fr.wikipedia.org/wiki/Wikipédia:Accueil_principal
<https://www.delijn.be/fr/overdelijn/organisatie/zorgzaam-ondernemen/milieu/co2-uitstoot-voertuigen.html>
<https://www.geo.fr/environnement/les-lampes-led-sont-elles-meilleure-pour-la-planete-193570>
<http://www.slate.fr/story/9267/est-ce-que-respirer-contribue-au-rechauffement-climatique>
<https://www.notre-planete.info/ecologie/transport/placeauto.php>

Nos photos

https://www.bing.com/images/search?view=detailV2&id=A57E105CB945A6C50AB2FA438194BD45A37574A9&thid=OIP.DJLGRXtIKDjb_f2oaeV29QHAEK&mediaurl=https%3A%2F%2Fpinimg.com%2Foriginals%2F7%2F52%2Fcd%2F52cdaf5610977397a7ba95e3f4c83d.jpg&exph=720&expw=1280&q=aux+arbres+citoyens&selectedindex=14&ajaxhist=0&vt=0&eim=1,2,6
https://www.bing.com/images/search?view=detailV2&id=E47E592ADF67624756D4698B763D1B92CDDD1C18&thid=OIP.2HdgVzHlreHew71Lti75BAAAA&exph=234&expw=180&q=sauvons+la++planete&selectedindex=0&ajaxhist=0&vt=0&eim=1,2,6&pivotparams=insightsToken%3Dccid_TaNChOs5*mid_766961C7E5F536BECB87D740BF0D4582FB1C6FE7*simid_608042938791430147*thid_OIP.TaNChOs58ccJ-v4pnZpXrgAAAA&iss=VSI
<https://www.bing.com/images/search?q=%20les%20fruit&q=les%20fruit&sc=8-9&sk=&cvid=A0E61D5A065E4B1B9DC2B1AEE439885A>
https://www.bing.com/images/search?view=detailV2&id=73C962CB39D1D4815E00610857E883BE7D80BD3F&thid=OIP.-uijyDxqm2sYbfW0sNQ4TAHaE8&mediaurl=https%3A%2F%2Fapigroupe.com%2Fwp-content%2Fuploads%2F2017%2F01%2FSecheresse_bouche_Dentiste_Laval.jpg&exph=667&expw=1000&q=secheresse&selectedindex=1&ajaxhist=0&vt=0&eim=1,2,6
<https://www.bing.com/images/search?q=dechets+dans+1%27espace&q=dechets+dans+1%27espace&sc=0-20&sk=&cvid=5B56BBF09F914F64B64B83F0E753AF33>
https://www.bing.com/images/search?view=detailV2&id=0F7BFDCF7A37AA997DDA18CF8B3996978F735793&thid=OIP.fv_1cnCP8yrPe5GoplsFlwHaE8&mediaurl=https%3A%2F%2Fpixfeeds.com%2Fimages%2Fsave-nature%2F1280-594459730-trees-cut-down-in-deforestation.jpg&exph=854&expw=1280&q=deforestation&selectedindex=11&ajaxhist=0&vt=0&eim=1,2,6
<https://www.bing.com/images/search?q=plastique&q=plastique&sc=8-9&sk=&cvid=56A7ACB786CF441B9E2F978609C33404>
<https://www.bing.com/images/search?view=detailV2&id=84356580DF36F0D73C74B177B92CA050069BC7A5&thid=OIP.tcFB4liGched-Ok4c6fKqAHaE8&mediaurl=http%3A%2F%2Ffr.ubergizmo.com%2Fwp-content%2Fuploads%2F2014%2F02%2Fnucleaire.jpg&exph=667&expw=1000&q=nucleaire&selectedindex=1&ajaxhist=0&vt=0&eim=1,2,6>
<https://www.bing.com/images/search?view=detailV2&id=67EC29A956DB1FD27CFC884CD777386C82CC32CE&thid=OIP.prPRsCC-xLIUfDoa2ztIowHaE7&mediaurl=http%3A%2F%2Fvivredemain.fr%2Fwp-content%2Fuploads%2Fsites%2F5%2F2016%2F01%2Fpoisson-plastique-2050.jpg&exph=532&expw=800&q=enfant+qui+souleve+la+mer+pollution&selectedindex=0&ajaxhist=0&vt=0&eim=1,2,6>