

Séance: Un goûter zéro déchet!

Matériel nécessaire: une balance, une fiche de travail, des idées recettes, du matériel de cuisine: une poêle, du lait, du sucre, des œufs, un saladier, un fouet, une plaque de cuisson, le pain jeté à la cantine.

1. a. Demander aux élèves d'amener les emballages d'un goûter type. On s'attend à: eau/jus en bouteilles en plastiques, gâteaux emballés en individuel, compote en bouteilles, vaisselle jetable.... **Peser les déchets par élève et selon le matériau. Leur faire calculer la quantité de déchets par jour, par semaine et par an.**

b. Lister avec les élèves les inconvénients et avantage de chaque produit consommé. Pour les inconvénients, on s'attend à : production de déchets non recyclables, gâteaux en miettes car non protégés dans le sac, produits peu sains, produits plus lorsque emballés individuellement...

2. Les mettre en groupe de 3-4 élèves et leur faire trouver pour chaque chose une alternative et en les faisant réfléchir à un ou des avantages.

Produit traditionnel	Alternative	Avantage
eau/jus en bouteille	- eau du robinet dans gourde	- gourde réutilisable/pas de déchets
	- jus de fruits en bouteille de verre	- bouteille en verre recyclable ou réutilisable
gâteaux emballés en individuel	- gâteau fait maison et mis dans un Tupperware/une boîte à goûter	- meilleur à la santé - gâteau protégé dans une boîte lavable et réutilisable
	- apporter oléagineux (amande, noix, noisettes...) ou fruits secs (dattes, abricots...) ou céréales dans boîte	- sain - bon apport nutritif, tient au corps
	- pain + barre de chocolat ou confiture	- bon marché
pas de fruits !	- apporter un fruit dans une boîte	- sain - fruit protégé - boîte réutilisable
	- compote fait maison dans bouteille "Squiz" ou dans bocal en verre	- sain et fait soi-même - bouteille/bocal réutilisable

3. Donner des idées de recettes simples, zéro déchet et faites maison!

- compote de fruits → permet de récupérer des fruits gâtés / utiliser des fruits de saison;
- gâteau au yaourt périmé;
- barre céréalières / rose des sables

On peut aussi proposer le [livret "20 recettes zéro déchet"](#) de l'ADEME

4. Cuisiner ensemble du pain perdu pour le déguster.

5. On peut leur montrer la [vidéo](#) "c'est quoi le zéro déchet?"