ENVIRONNEMENT ET ALIMENTATION

SÉJOURS APPRENANTS

MANGER MIEUX POLLUER MOINS

Nous avons commencé la semaine en parlant de l'alimentation saine et équilibrée. Nous avons aussi découvert comment moins polluer avec notre alimentation avec des choses simples :

- manger français ou des pays proches pour que notre nourriture ne parcourt pas des milliers des kilomètres (qui polluent beaucoup).
- Manger moins de viande car pour 1 kilo de viande il faut 8 à 12 kilos de légumes
- Manger des fruits et légumes de saison pour qu'ils soient meilleurs et poussent naturellement

MANGER DE SAISON

Nous avons découvert que les fruits et les légumes ne poussaient pas toute l'année ! Nous avons aussi découvert que certains ne poussaient pas du tout en France (et au passage on a découvert des pays...)

Voici la liste de certains fruits et légumes de saison :

- En été : courgette, tomate, abricots, pêches...
- En automne : citrouille, carottes, raisin, poires...
- En hiver : Pommes de terre, poireau, orange, citron
- Au printemps : petits pois, épinard, fraise, cerise ...

MANGER SANS VIANDE

Le jeudi après-midi, nous avons fait un atelier cuisine pour le soir. Nous avons cuisiné pour sauver la planète sans viande ni poisson et avec des légumes de saison venus d'une ferme à coté.

Les plats que nous avons préparé :

- Des quiches courgette tomate chèvre
- Des cakes tomate olive fêta

Tout le monde a beaucoup aimé et on a fait une bonne action pour la planète !

LES ENFANTS :
NOUR , YASSINE , AHD , MEHDI , ZAKARIA , SYRINE

CLIQUER C'EST POLLUER

SÉJOURS APPRENANTS

TOP 3 DES POLLUEURS

Internet consomme beaucoup d'électricité pour fonctionner. C'est le 3 ème plus gros consommateur d'électricité derrière les Etats unis et la Chine.

Plus de la moitié de la pollution émise par internet est due aux sites de vidéos comme : Amazon prime, Youtube, Netlfix, Tik Tok...

Par exemple, 1 heure de vidéo youtube correspond à une année de consommation d'un frigo.

Pour information, 90% des données en ligne stockées sur internet y sont depuis 2 ans !

COMMENT MOINS CONSOMMER

Pour éviter de consommer ou la 4G, on peut télécharger ses musiques et ses films. Plein de sites internets proposent de télécharger leurs vidéos et leurs musiques pour ne pas consommer de gigas en streaming.

Qunand vous êtes à la maison ou chez des potes, on utilise la wifi : la 4G consomme 23 fois plus que la wifi.

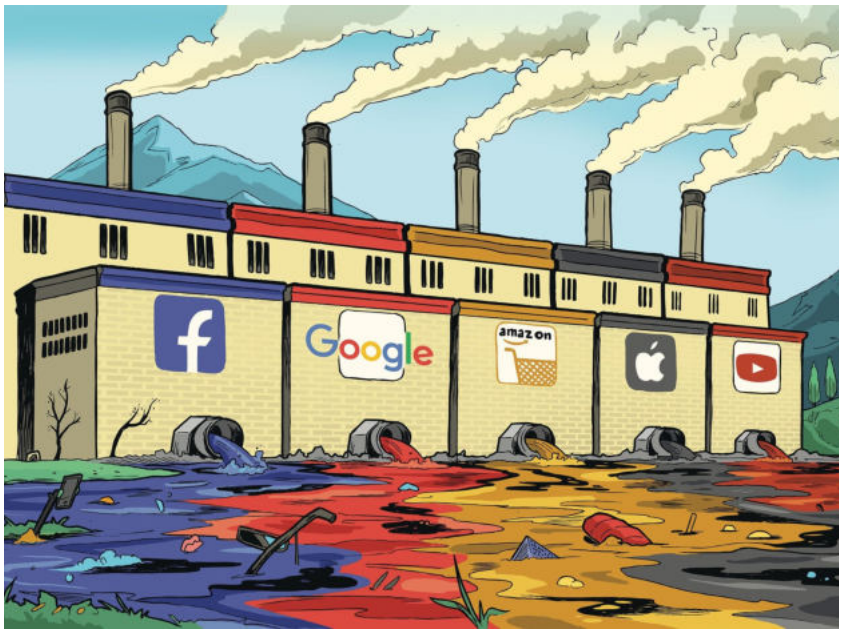
Un email sans pièce jointe consomme l'équivalent de 5km en voiture. Pensez à supprimer vos emails et vider votre corbeille pour moins polluer.

SCROLLER C'EST POLLUER

Les réseaux sociaux comptent énormément d'utilisateurs qui regardent des vidéos, postent des photos, des storys... Et tout ça pollue !

Chaque jour, 11 milliards de vidéos sont vues sur Tik Tok et Snapchat : C'est environ 1,5 vidéo vue chaque jour par une personne sur terre.

Les jeux vidéos sont aussi des gros pollueurs. Dans le monde, jouer aux jeux vidéo consomme autant d'énergie que 10 réacteurs nucléaires peuvent en produire.



LES JEUNES :
NOUR , SOUHAIB , YASSIR , FADEL, AYMAN , IRA, MAHNAZ, KELIAN, ROZHEENA

MOINS DE VIANDE DANS NOS ASSIETTES

SÉJOURS APPRENANTS

ON EN MANGE TANT QUE ÇA ?

Est ce que l'on mange vriament beaucoup de viande ? La réponse est ... OUI !
Aujourd'hui, un français mange en moyenne 89 kilos de viande. C'est 2 fois plus que nos grands - parents (45 kilos de viande) et 3 fois plus que nos arrières grands-parents (30 kilos de viande).

Nous avons découvert que les animaux que nous mangeons sont de plus en plus gros mais surtout vivent moins longtemps qu'avant et avec de moins bonnes conditions de vie.

Saviez vous que la taille d'une cage de poulet élevé en batterie est à peine plus grande qu'une feuille A4 ?

L'IMPACT DE LA VIANDE

Pour élever un animal, il faut beaucoup d'eau et de nourriture. Pour produire 1 kilo de viande, il faut entre 7 et 12 kilos de céréales pour le nourrir ! Il faudra également beaucoup plus d'eau pour un kilo de viande que de légumes comme le montre l'image en dessous.

On a aussi découvert que l'élevage mondial polluait autant que tous les transports dans le monde. Et surtout c'est les boeufs qui polluent le plus !

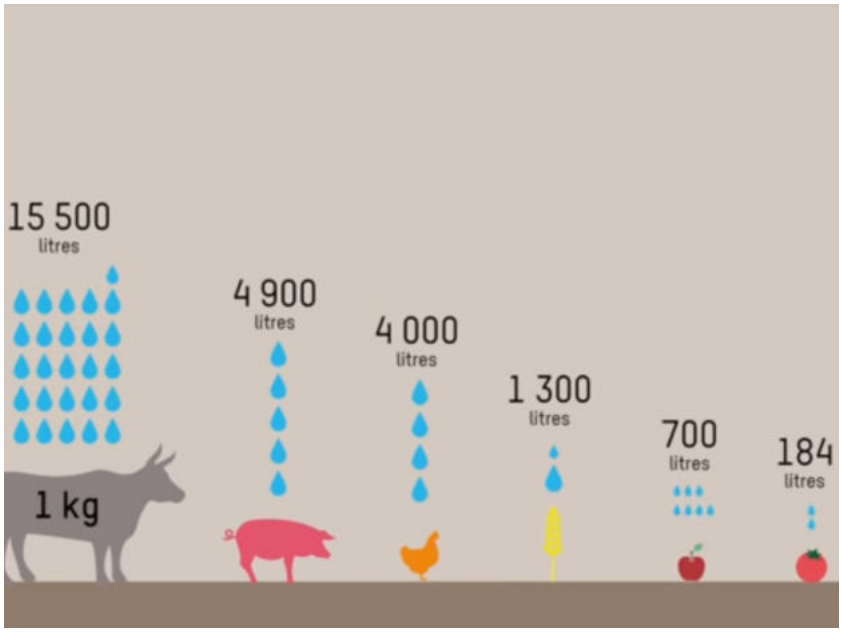
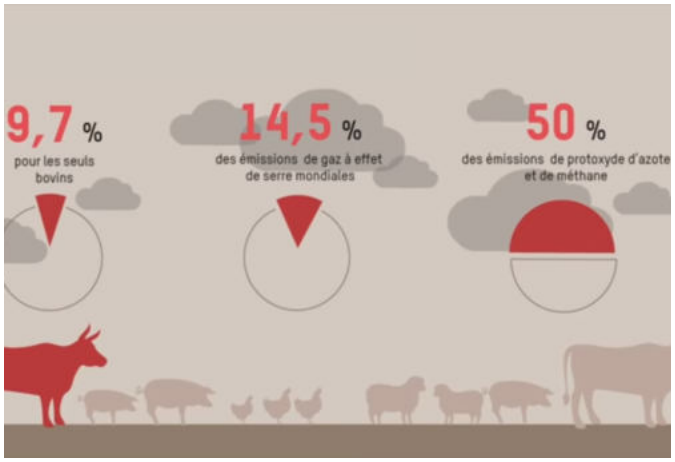
Si on veut manger de la viande, il vaut mieux manger plutôt du poulet et si possible élevé en plein air ! C'est mieux pour la planète et les animaux.

IL FAUT VARIER SES REPAS

Quand on a découvert tout ça, on s'est demandé comment faire pour continuer à manger de la viande (parce qu'on aime ça !) et sauver la planète.

En fait, il y a plein de solutions pour la remplacer

Manger des oeufs pour la remplacer
Manger des légumineuses (haricots rouges, lentilles, pois, fèves...)

On s'est aussi rendu compte que ça nous aidait à manger des légumes et à cuisiner un peu plus.

LES JEUNES : JOSEPHINA, ANFALE, GENEVIEVE, STÉPHANIE, ABIGAEL,SAFIATOU, NAILA, ORDI