



# Et toi, tu fais quoi pour la planète?

## Description

### Origine

A l'origine du projet il y a la volonté d'améliorer l'accès à la connaissance de produits naturels et sains, dans une perspective de meilleure compréhension de l'écologie, des enjeux économiques qui s'y rattachent et dans un esprit de partage des savoirs.

### Diagnostic

La planète croule sous le plastique. Chaque emballage contient des produits plus ou moins nocifs pour le corps et pour la planète.

Les produits ménagers sont une source de pollution

- pour nos corps
- pour notre intérieur
- pour l'air
- pour l'environnement

Les consommateurs n'ont pas toujours le **temps** de lire attentivement les compositions des produits

Les différentes politiques se succèdent avec des **discours**, mais le citoyen voit bien que les évolutions ne se font pas

Les enfants sont élevés entourés de **perturbateurs endocriniens**.

Nos déchets sont envoyés dans d'autres continents où ils s'avèrent qu'ils n'en veulent plus.

Nous faisons faire des milliers de kilomètres à de la nourriture exotique alors que nos paysans ont du mal à vivre.

Comme la fable de colibri, **chacun peut faire sa part**. A une mesure individuelle, associative. Le collectif suivra pour devenir la raison, espérons-le.

En effet, nombre des produits utilisés au quotidien dans les foyers (comme la lessive, le savon, la pâte dentifrice, etc.) sont à la fois polluants pour la planète, néfastes pour la santé et très coûteux. Si on prend l'exemple de la lessive, d'après « 60 millions de consommateurs », celle dite « classique », c'est-à-dire industrielle, est composée de nombreuses substances chimiques persistantes considérées comme toxiques et nocives (certaines d'entre elles contenant parfois du pétrole). La pollution engendrée par les eaux de lavages, souillées par le détergent, le dissolvant et toutes les autres substances chimiques, met en danger la potabilité de l'eau en s'infiltrant dans les nappes phréatiques. De plus, consommer de tels produits, revient à encourager et pérenniser les industries à l'origine de ces substances chimiques polluantes, et des emballages plastiques qui les contiennent. Du côté de la santé, en raison de la concentration de produits chimiques, mais aussi de parfums et de conservateurs, le contact entre la peau et la lessive rend plus probable les réactions allergiques cutanées (démangeaisons, eczéma, irritations, etc...). Même les lessives appartenant à l'écolabel européen n'assurent pas l'absence de substances problématiques. Enfin au niveau du coût, si l'on fait la moyenne des lessives industrielles les plus connues (Ariel, Omo, le Chat), on se rend compte qu'une seule lessive coûte 0,36€.



C'est pourquoi « Cultive tes rêves » propose de mettre en place une alternative : la fabrication fait-maison. En effet, l'association se propose de faciliter l'apprentissage de la fabrication de lessive et de savon en enseignant des méthodes simples, faciles et accessibles au plus grand nombre. Les ingrédients utilisés, en plus d'être plus respectueux de l'environnement et de la santé (comme le savon de Marseille), représentent un moindre coût. En effet, toujours d'après « 60 millions de consommateurs », faire sa lessive maison revient à payer 6 centimes d'euros par lessive. L'adresse des magasins locaux dans lesquels il est possible de se les procurer sera également indiquée lors des ateliers.

La diffusion de cet atelier favoriserait l'essor d'une prise de conscience collective de nos pratiques ménagères polluantes, qui menacent notre santé, ainsi qu'un accès à une plus grande autonomie financière.

## Le déroulement

### Les ateliers



Le projet consistera à proposer des **ateliers** à un maximum de personnes à un coût réduit pour qu'ils restent accessibles à tous les budgets. Le plus souvent, les participants repartiront avec le produit fabriqué. Nous proposerons à cette occasion des produits déjà fabriqués que nous reviendrons à prix coûtant.

De plus, les participants auront une **fiche** (numérique si possible) permettant de refaire la recette, un savoir-faire à reproduire chez soi à l'envie. Nous partagerons les liens des meilleures vidéos<sup>1</sup> faites sur le sujet. Nous préparons des kits de produits de base pour faciliter la reproduction et la transmission des ateliers à la maison.

La création d'un **réseau** permettra aussi l'échange de bonnes pratiques

Sensibles à la pollution **numérique**, nous incitons notre public à réduire le stockage de mails et images et musique en ligne et de vider régulièrement sa poubelle numérique.

De plus, nous réunirons nos participants au travers de temps conviviaux autour de la cuisine et des repas, Nous mettrons en valeur, la cuisine, avec le minimum d'emballage, la transformation de produits maison.

Ces temps permettront de réfléchir à notre façon de manger, de cuisiner et de recycler nos restes (compost, bokashi).

Voici la liste non exhaustive des ateliers que nous sommes déjà en mesure de proposer

- lessive en poudre ou liquide à base de bicarbonate de soude et cristaux de soude
- lessive à base de feuille de lierre
- lessive à base de cendre
- shampoing solide
- dentifrice
- démêlant, après-shampoing
- produit vaisselle liquide
- tablettes de lave-vaisselle



<sup>1</sup> exemple :

[https://www.linodurable.fr/conso/cinq-recettes-simples-pour-une-salle-de-bains-zero-dechet-6271?utm\\_source=actus\\_lilo](https://www.linodurable.fr/conso/cinq-recettes-simples-pour-une-salle-de-bains-zero-dechet-6271?utm_source=actus_lilo)

- tawashi (éponges tissées en récupérant des chaussettes usagées)
- cubes pour les WC
- spray désinfectant
- Crème à récurer
- savon
- travail du soja (fabrication de lait de soja, tofu, yaourt, cookie à l'okara)
- fabrication de yaourts (sans emballage)
- boissons (kéfir, kombucha, bissap et diverses tisanes)
- compost et bokashi, Cleanfox pour les données
- bee wrap (emballage alimentaire avec tissu imprégné de cire d'abeille)
- Nettoyage numérique (réduction des mails, newsletter, des doublons sur internet)
- ...

## Recyclage de livres



De plus, nous participons activement au recyclage des **livres**.  
Recyclages de vêtements et d'objets

Nous récupérons aussi vêtements et objets que l'on nous donne à diverses occasions, (après les vide-greniers que nous organisons par exemple). Nous les recyclons au maximum localement. Certains objets d'occasion peuvent avoir une deuxième vie utile en Afrique :

lunettes de vue, livres, vêtements, jeux d'enfants, téléphones portables, ordinateurs... Les vide-greniers que nous organisons sont aussi une façon de se séparer d'objets sans les jeter, tout en favorisant le lien social.

## Recyclage de matériel pédagogique et informatique

Récupération et envoi de matériel ludique et pédagogique et informatique de bonne qualité, fourni ou vérifié par l'association Avoir1PCgratuit, pour les enfants défavorisés du Bénin.

Tout comme l'effet que nous voulons avoir sur la planète, l'effet sur les personnes se veut positif. Nous éviterons de stigmatiser ou de dévaloriser certaines pratiques, tout le monde n'étant pas à la même étape de conscientisation et d'engagement vis-à-vis de sa réduction des déchets. Un soucis de **bienveillance** est essentiel à l'égard de ceux qui veulent faire ce nouveau pas et s'impliquer dans la réduction de la consommation.

Les bonnes pratiques seront **valorisées**, répertoriées et nous souhaitons arriver à mesurer l'impact positif de nos ateliers, ainsi que des pratiques diverses et variées de nos participants.

Nos ateliers viseront dans un premier temps des solutions pratiques, à mettre en place rapidement, de façon peu coûteuse pour des personnes ayant souvent beaucoup de charges familiales, sociales... et peu de temps ou d'énergie à y consacrer. Nous travaillons



aussi sur le désencombrement des esprits et le retour à l'essentiel par une meilleure gestion du temps et des relations.

D'autre part, nous mettons en lien les participants avec les structures existantes et les magasins de vrac dont nous tenons un répertoire thématique et géographique.

## Perspectives

Ce projet pourra s'étendre au niveau du **public** cible, de l'étendue **géographique**, à l'international avec nos partenariats en place.

Nous mettrons à la disposition de nos publics des sites et des liens de formations pour un enrichissement personnel pour ceux qui veulent **approfondir** leurs connaissances (comme le MOOC Zéro déchet<sup>2</sup> mis en ligne par les Colibris disponible à tout moment.

Ce projet gagnera en **autonomie** car l'apprentissage pourra se développer par l'éducation populaire et dans un réseau social mis en place à cet effet et faire boule de neige.

La ville de Mérignac où nous nous situons est déjà bien impliquée, dans l'écologie avec ses structures et ses marques de respect de la nature. Nous apporterons notre part du travail dans la prise de conscience et le développement de pratiques écologiques.

**Emploi** : Ce projet permettra de diminuer les charges des ménages et de participer à la lutte contre la crise économique actuelle. Nous envisageons de recourir à un service civique dans un premier temps puis si notre budget nous le permet d'employer un premier salarié pour gérer ce projet, à mi-temps dans un premier temps.

## Public Bénéficiaire

- Toute personne voulant diminuer ses déchets et réfléchir à ses pratiques vis à vis de l'écologie dans son quotidien
- Notre réseau Facebook est fort actuellement de 300 personnes qui suivent nos événements, nous publions sur les outils de communication de la ville de Mérignac, et les organes de presse (SUD OUEST) et radio (RIG)

La venue d'un service civique va permettre le développement de ce réseau par l'utilisation d'autres outils (Instagram, TikTok...)

Nous pouvons intervenir à la demande pour tout groupe, entreprise, ... de minimum 4 personnes selon modalités mises en commun au préalable.

---

<sup>2</sup> <https://colibris-universite.org/mooc-zerodechets/?l1Bienvenue>

## Les moyens

Nous avons besoin d'animateurs, de bénévoles chargés de la publicité et de la visibilité de notre action et de nos partenaires, d'un suivi comptable et d'un suivi de projet.

Nous recherchons un développeur informatique pour créer une application et une mise en réseau des personnes et des associations.

Nous aurons besoin de **salles** pour mener nos ateliers, de **livres** pour améliorer nos savoir-faire, de **matériel** de base (casseroles, mixeur,...) et de **consommables** (savon en paillettes, cristaux de soude, bicarbonate de soude...) et bien sûr de moyens de communication téléphonique, d'un ordinateur et d'un accès à internet. Pour organiser nos événements (festival ), nous devons louer **un espace** et du matériel comme des **grilles, sonorisation ...**

## Evaluation

Nous évaluerons le nombre de personnes sensibilisées et mesurerons l'impact par la réduction d'émission de CO2 grâce à l'évolution des comportements.

### ● Financement et cofinancements

Le projet sera financé en partie par les adhésions et les fonds propres de l'association. Nous souhaitons que les ateliers aient un coût restreint pour être accessible à tous. Nous envisageons d'en proposer gratuitement au Relais des Solidarité par exemple pour les publics à faibles revenus.

Le projet sera présenté aux bailleurs suivants pour une aide au financement :


- mairie de Mérignac,
- la métropole
- le département
- ainsi qu'à diverses fondations (Fondation de France...) et
- différents mécènes

### Mise en valeur de nos partenaires

Les personnes qui nous soutiennent seront mises en valeur sur nos supports de communication.

## Echelonnement

En cas de financements partiels, nous prévoyons les paliers suivants :

- 
- les ateliers
  - le recrutement d'un service civique
  - festival "Zéro déchets"
  - les actions extérieures (dans les piscines, laveries...)
  - la publication d'un e-book
  - la création d'une application