



Réussir le zéro déchet avec mon enfant

Pas à pas, je coche nos progrès !

Désencombrer



Réduire les emballages



☐ fournitures scolaires
sans emballage (latte, crayons...)



☐ achats en vrac
(bonbons, biscuits...)

Trouver des alternatives au neuf



☐ location
(bibliothèques, ludothèques...)



☐ achats en 2^e main
(meubles, vêtements, jouets...)



☐ cadeaux immatériels
(activité, cours...)



☐ emprunt
ou troc

Privilégier les alternatives réutilisables



☐ lingettes lavables



☐ gants de toilette



☐ langes lavables



☐ gourde



☐ boîte à tartines



☐ boîte à fruits



☐ boîte à collations

Privilégier les alternatives rechargeables



☐ stylo rechargeable



☐ piles rechargeables

Opter pour des matériaux durables



☐ bois
(jeux, crayons...)



☐ métal
(latte, ciseaux...)



☐ papier/carton recyclé
(classeur, bloc de feuilles...)



☐ cuir ou tissu
(plumier, cartable...)



☐ verre
(biberons)



☐ crayons fluos

Opter pour des alternatives sans piles



☐ jeux



☐ calculatrice solaire

Privilégier le fait maison



☐ crème
pour les fesses



☐ collations



☐ jouets (bricolages,
pâte à modeler...)



 30 minutes
PRÉPARATION

 250g
QUANTITÉ

 0,5€
COÛT

Réussir ma pâte à modeler



Zéro toxique !

Les pâtes à modeler sont théoriquement sans danger pour les enfants mais leur composition est jalousement tenue secrète par les fabricants. Pour une **composition totalement maîtrisée** et une fabrication avec la participation des enfants, la pâte à modeler maison c'est zéro souci et 100 % fun !

Réussir ma pâte à modeler

3.



Ingédients

- 1 tasse de farine
- 1/2 tasse de sel
- 1 tasse d'eau chaude
- 2 c à c de bicarbonate de soude
- 1 c à c d'huile végétale (olive, colza, tournesol...)
- colorants naturels (épices, colorants alimentaires...)

Matériel

- une casserole
- une spatule en bois
- des pots étanches pour la conservation

4.



Préparation

1. Dans la casserole, mélanger la farine, le sel et le bicarbonate de soude.
2. Mélanger en ajoutant progressivement l'eau chaude.
3. Faire chauffer à feu doux tout en continuant de mélanger.
4. Lorsque la pâte se détache, retirer du feu et laisser refroidir.
5. Pour un colorant à base d'épices, mélanger 1 c à c d'huile végétale avec l'épice de votre choix et laisser reposer.
6. Pétrir la pâte et ensuite la diviser selon le nombre de colorants choisis.
7. Il n'y a plus qu'à mélanger la pâte et le colorant.

5.



6.



Conservation

Environ 1 mois, au frigo, à l'abri de l'humidité dans une boîte hermétique, en veillant à ne pas trop coller les boules de couleurs différentes.

¹ Recette de « Step By Step Pour La Planète »,
<https://www.facebook.com/stepbysteppourlaplanete/>