

MOINS DE PLASTIQUE, PLUS D'AVENIR



**Un cahier d'exercices sur le plastique et le
développement durable**

BIENVENUE DANS LE CAHIER D'EXERCICES

« MOINS DE PLASTIQUE – PLUS D'AVENIR »

Bonjour et bienvenue !

Ce livret est pour toi. Il te permettra d'en apprendre davantage sur le plastique et le développement durable. Ensemble, nous examinerons l'impact du plastique sur nos vies aujourd'hui et demain, et comment nous pouvons faire mieux.

Pourquoi le plastique ?

Le plastique est omniprésent : dans les emballages, les vêtements, l'eau, l'air. Pratique et multifonctionnel, il n'en demeure pas moins un problème.

Car le plastique persiste très longtemps dans l'environnement. Il pollue les rivières, les mers et les sols. Les animaux et les humains en souffrent. Les habitats sont détruits. Nous expliquons comment et pourquoi dans les pages suivantes.



CES SUJETS T'ATTEND



Durabilité

Pages 4-5



Plastique et ODD

Pages 6-7



Déchets plastiques

Pages 8-9



Microplastiques

Pages 10-11



Le plastique dans les vêtements

Pages 12-15



Du plastique dans l'eau

Pages 16-17



Qui peut résoudre le problème ?

Pages 18-19



Empreinte et empreinte de main

Pages 20-21



Espace pour vos pensées

Pages 22-23



Nombreux sont ceux qui souhaitent que tous les habitants de la planète puissent vivre une vie bonne et saine aujourd'hui, demain et dans le futur, quels que soient leur origine, leur lieu de résidence ou leur âge.



QU'EST-CE QUI CONSTITUE UNE VIE BONNE ET
SAINE POUR TOI, AUJOURD'HUI ET À L'AVENIR ?



DURABILITÉ

QU'EST-CE QUE C'EST?



Que signifie « durable » pour toi ?

Pourquoi est-ce important ?

Connais-tu ce mot dans d'autres langues ?

Connais-tu des exemples de développement durable ?

Attention : tout ce qui est étiqueté « durable » ne l'est pas forcément. Il existe de nombreuses contrefaçons et des emballages trompeurs = écoblanchiment.



OBJECTIFS DE DÉVELOPPEMENT DURABLE



Les ODD sont 17 objectifs visant à bâtir un monde meilleur, notamment en réduisant la pauvreté, en assurant l'accès à l'eau potable et en offrant une éducation pour tous. Tous les pays du monde souhaitent collaborer pour atteindre ces objectifs d'ici à 2030.



Quels sont les quatre ODD que vous jugez les plus importants ?
Indiquez les chiffres ici.

Qu'en penses-tu ?
Quels objectifs sont liés au plastique ? Entoure-les!



VÉRIFIEZ CE QUI EST VRAI :



Tous les pays participent aux ODD.

☐ ☐

Les ODD ne concernent que les politiciens, ils ne me concernent pas.

☐ ☐

Le plastique n'a rien à voir avec les ODD.

☐ ☐

Quels ODD correspondent aux affirmations suivantes ?

L'eau potable a été testée dans de nombreux pays.
Des microplastiques étaient présents dans 93 % des échantillons.

Environ 80 à 150 millions de tonnes de plastique flottent dans les océans, provoquant la mort de millions de poissons, de dauphins, de tortues et d'autres espèces marines.

Le plastique est fabriqué à partir de pétrole.
Le processus de fabrication produit beaucoup de CO₂ - un gaz qui contribue au réchauffement climatique.
Environ 4 % des émissions mondiales de CO₂ proviennent de la production de plastique.

QUE DEVIENT-IL AVEC NOS



DÉCHETS PLASTIQUES ?

En Allemagne, chaque personne produit __ kg de déchets plastiques par an...

...plus de la moitié provient des déchets d'emballage.

En moyenne, un sac en plastique est utilisé pendant une durée maximale de __ minutes. Et toi ?

Pourquoi trier nos déchets ? Est-ce que ça change quelque chose ?

Quel est le pourcentage de déchets plastiques recyclés en Allemagne ?

L'Allemagne exporte plus de 10 % de ses déchets plastiques à l'étranger. Vers quelles destinations ?

À l'étranger, nos déchets sont souvent incinérés ou stockés dans des décharges illégales.

Et qu'en est-il du plastique dans la nature ?

Recherchez sur
YouTube ou Google :
DÉCHETS PLASTIQUES
ALLEMANDS INDONÉSIE

D'où provient la majeure partie de tes
déchets plastiques à la maison ?

1

2

3



Comment peux-tu changer cela ? Note
tes idées !



CONNAIS-TU



LES MICROPLASTIQUES?

Il existe deux types de microplastiques

par exemple, dans les cosmétiques,
les détergents, les médicaments et
les produits de nettoyage



par exemple, par l'abrasion
des pneus et la décomposition
des déchets plastiques

Quelle est la différence ?



SCAN ME

L'application Codecheck t'indique quels
produits cosmétiques contiennent des
microplastiques et d'autres substances
nocives.

ASSORTIR ENSEMBLE :

La quantité suivante de microplastiques par personne
pénètre dans le système d'égouts chaque année :



en raison de l'abrasion des chaussures

77 grammes



par l'élimination des déchets

303 grammes



due à l'abrasion des pneus

109
grammes

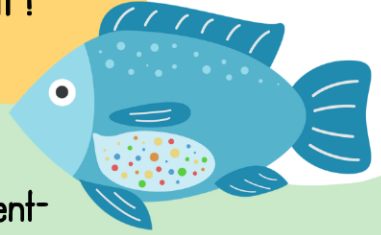


pendant le lavage

1,229 grammes

WTF!

En moyenne, nous ingérons
tous environ ___ grammes de
microplastiques par semaine.
C'est l'équivalent du contenu
d'une carte de crédit !



Comment les microplastiques se retrouvent-ils dans nos aliments (et nos boissons) ?



As-tu des idées pour
changer cela ?

→

PLASTIQUE



POUR PORTER ?

PAS SI RARE QUE ÇA...

De quelle matière sont
faits tes pantalons,
t-shirts, chemisiers, etc. ?
Que se passe-t-il lorsque
je les lave ?

VÉRIFIEZ L'ÉTIQUETTE DE VOS VÊTEMENTS.

- Où a-t-il été fabriqué ?
- De quel matériel est-ce fait ?
- Réfléchissez : où l'as-tu acheté ?

LES MICROPLASTIQUES NE
SONT PAS LE SEUL PROBLÈME...

AS-TU DÉJÀ ENTENDU PARLER
DE LA MODE ÉPHÉMÈRE ?

RÉFLÉCHISSEZ-Y !
QUE SIGNIFIE LA MODE
RAPIDE ET POURQUOI EST-
ELLE NÉFASTE ?

EST-CE CELA LA MODE ? OU PEUT-ON LE RETIRER ?

ATTENTION, DIVULGATION : LES DEUX !

La mode éphémère est souvent de mauvaise qualité. Une mauvaise qualité signifie une durée de vie réduite.

Dans des pays lointains, des personnes confectionnent les vêtements. Elles travaillent de longues heures pour un salaire dérisoire. Souvent, leurs conditions de travail sont précaires.

En moyenne, combien de fois portes-tu un vêtement ?

Et l'environnement ?
La consommation d'eau ?
Produits chimiques ?

Fais une recherche sur google :
Accident dans une usine textile

Fais une recherche sur google :
Montagne de déchets dans
l'Atacama



QUELQUES FAITS...

CLASSE LES CHIFFRES :



10 000

92 MILLIONS

2,80

1 000

60 000

La production d'un jean
consomme ____ litres
d'eau.



____ personnes meurent
chaque année dans des
accidents survenus dans
des usines textiles.



____ tonnes de
vêtements finissent à la
poubelle chaque année.



Un jean parcourt ____
kilomètres entre la récolte du
coton et le point de vente.

Une couturière en
Inde gagne ____
dollars américains
par jour.



COMMENT POURRAIT-ON L'AMÉLIORER ?



Il existe de nombreuses solutions ! Certaines sont coûteuses, d'autres bon marché, et tu peux les trouver aussi bien en ligne que hors ligne.



Quelles sont tes idées pour une consommation de vêtements durable ?

Conseil : Recherche sur Google « échange de vêtements dans votre ville »



QU'EST-CE QUI FLOTTE



LÀ-BAS?

COMMENT LE PLASTIQUE SE RETROUVE DANS L'OcéAN

PRODUITS DE BEAUTÉ-
PRODUITS

PULLS EN POLAIRE ET
TEXTILES EN FIBRES
SYNTHÉTIQUES

DÉCHETS DE LA
CAMPAGNE

égouts

DÉCHETS DE
NAVIRE

rivières

PÊCHE

80%

Des déchets plastiques présents dans l'océan proviennent de la terre via le vent, les rivières et les eaux usées.

20%

se retrouve dans la mer via la navigation, les plateformes pétrolières, la pisciculture et d'autres industries similaires

OCÉAN

WTF!

Savais-tu que l'on a déjà trouvé du plastique même dans la fosse des Mariannes à 11.000 mètres de profondeur?



SAVAIS-TU?

De nombreux animaux marins et oiseaux ingèrent du plastique. Cela leur cause des lésions internes ou les fait mourir de faim, leur estomac étant rempli de plastique et ne pouvant plus contenir de nourriture.

Tu veux voir des photos ? Tape « baleine + plastique » sur Google.

COMBIEN D'ANNÉES FAUT-IL
POUR QUE LE PLASTIQUE SE
DÉCOMPOSE DANS L'OcéAN ?

A) 50 ANS

B) 100 ANS

C) PLUS DE 450 ANS



QUELLE EST LA TAILLE DE LA PLUS
GRANDE ÎLE EN PLASTIQUE ?

**A) AUSSI GRAND QUE
COLOGNE**

**B) AUSSI GRAND QUE
L'ALLEMAGNE**

**C) AUSSI VASTE QUE
L'EUROPE CENTRALE**

QUELLE QUANTITÉ DE
PLASTIQUE FINIT DANS
L'OcéAN CHAQUE ANNÉE ?

A) 19 MILLIONS DE TONNES

B) 100 MILLIONS DE TONNES

C) 50 000 TONNES

Que pouvons-nous faire
contre la présence de
plastique dans l'eau ?



NOUS ALLONS RÉSoudre LE PROBLÈME

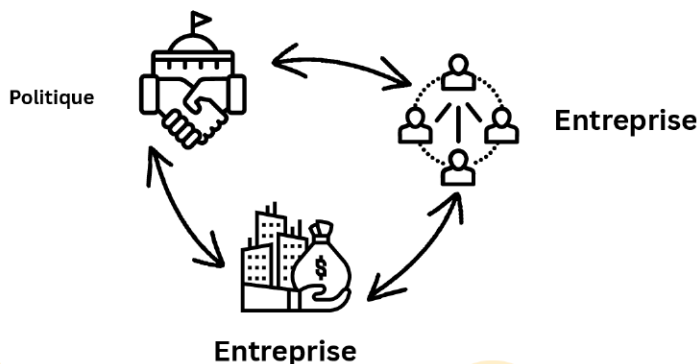
PAS SEUL



Ce n'est pas seulement nous, en tant qu'individus, qui pouvons agir.

Lorsque les acteurs politiques et économiques agissent, l'impact est considérable.

Mais qui doit commencer ? Nous ? Les politiciens ? Ou l'économie, c'est-à-dire les entreprises et les sociétés ?



Détermine si la politique ou l'économie peut s'acquitter de cette tâche !

Peut interdire les sacs en plastique dans les supermarchés: _____

Peut produire des produits sans plastique : _____

Peut instaurer des règles de tri des déchets : _____

Peut réutiliser l'emballage: _____

Peut récompenser les entreprises qui utilisent peu de plastique : _____

ACTION ! DU PETIT AU TRÈS GRAND

Nous pouvons tous agir et toucher un petit ou un grand nombre de personnes. Quelles idées as-tu ?

- Moi-même _____

- Avec d'autres _____

- À l'école, au travail ou dans un club

- Dans ma ville _____

- Dans toute la société _____

Certaines méthodes sont très efficaces, d'autres non. Quels sont tes principaux atouts, tes plus grandes réussites avec ces idées ?



EMPREINTE



EMPREINTE DE MAIN

Tout ce que nous faisons et consommons laisse des traces, positives comme négatives. On les appelle des empreintes de mains et de pieds.

Tu en as déjà entendu parler ?

TON EMPREINTE

Consommation, usage, etc.

Note 3 choses :

TON EMPREINTE DE MAIN

Ton influence positive :

Note 3 choses :

Pour rendre le monde meilleur, nous avons besoin de deux choses :

Nous devons réduire notre empreinte écologique. Cela signifie :
Faites moins de choses qui nuisent à l'environnement.

Nous devons accroître notre impact. Cela signifie :
Accroître notre influence positive.



AGRANDIR L'EMPREINTE DE LA MAIN

COMMENT ÇA EST CENSÉ FONCTIONNER ?

Il existe mille possibilités, des plus modestes aux plus ambitieuses. Je peux m'investir sur Instagram, signer des pétitions, informer mes proches, écrire aux élus, m'engager dans une association, etc...

Mais en général, on commence par soi-même.

Réfléchissons ensemble :

Que pouvez-vous faire pour réduire votre empreinte plastique et favoriser le développement durable ?

Organisez un événement !

Quel est votre objectif ?



Qui devrait participer ?



Quand et où se déroule l'événement ?



Qu'est-ce qui pourrait vous aider ?



ESPACE POUR



TES PENSÉES

Qu'est-ce qui est particulièrement important pour toi ?

Qu'as-tu appris et comment peux-tu l'appliquer dans ta vie quotidienne pour vivre de manière plus durable ?

[illegible]

Défi:

Défi:
Une journée sans aucun déchet
plastique (mais tu fais quand
même tes courses) !

Défi:

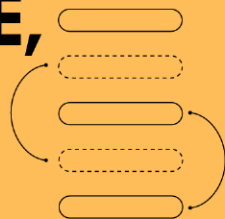
Vas faire un tour dans une friperie avec tes proches. Qui trouvera les plus beaux vêtements SANS plastique (polyester, nylon, etc.) ?

Plus de conseils ? Plus d'informations ? Plus d'idées ? Scannes le code QR et rends-toi sur notre site web pour découvrir le magazine !

Laisses-toi inspirer - tu peux accomplir bien plus que tu ne le penses !



MOINS DE PLASTIQUE, PLUS D'AVENIR



UN CAHIER D'EXERCICES SUR LE PLASTIQUE ET LE DÉVELOPPEMENT DURABLE

LE RÉSEAU GREEN AGENTS...

...COMPTE PLUS DE 25 PERSONNES ET ASSOCIATIONS DE
COLOGNE ET DE SES ENVIRONS. NOUS PROPOSONS NOTAMMENT
DES ATELIERS ET DES PROGRAMMES ÉDUCATIFS MULTILINGUES ET
ACCESSIBLES À TOUS SUR LES THÈMES DE L'ENVIRONNEMENT, DU
DÉVELOPPEMENT DURABLE ET DU CLIMAT.

ÉDITEUR:

MIGRAFRICA GMBH
PROJET RÉSEAU GREEN AGENTS
GOEBENSTR. 10-12
50672 COLOGNE

EN COOPÉRATION AVEC :

MERKUR - ASSOCIATION POUR LA CULTURE
MÉDIATIQUE E.V.

CONTACT:

GREENAGENTS@MIGRAFRICA.ORG

SITE WEB:

WWW.GREENAGENTS.DE

GESTION DE PROJET :

ADRIAN KOHLERT

TEXTE ET CONCEPT :

LYRA HAUFSCILD, NICOLIN GABRYSCH,
CHARLOTTE RITTER, ADRIAN KOHLERT

CONCEPTION ET MISE EN PAGE :

LYRA HAUFSCILD, CHARLOTTE RITTER, K.-
ROMAN ASLAN

SUIVEZ-NOUS SUR
INSTAGRAM



MIGRAFRICA



Merkur-
Verein für
Medienkultur e.V.

Seit 2022

GEFÖRDERT DURCH DIE



Stiftung Umwelt
und Entwicklung
Nordrhein-Westfalen

Gefördert durch



Stadt Köln

LICENCE D'UTILISATION : CC BY-SA 4.0

Ce document peut être partagé et adapté. Les informations
relatives aux droits d'auteur et aux droits de propriété intellectuelle
doivent être fournies, un lien vers la licence doit être inclus et toute
modification apportée doit être indiquée. Toute utilisation ultérieure
est soumise à la même licence.

CLAUDE DE NON-RESPONSABILITÉ:

Malgré un examen attentif du contenu, nous déclinons toute
responsabilité quant au contenu des liens externes. Les exploitants
des sites web liés sont seuls responsables de leur contenu.