

NOUVEAU

N°2



# LA GAZETTE DU COLLEGE

Édito :

Depuis de très nombreuses années , la Planète Bleue a été bien maltraitée , polluée par ses habitants. Il faut que ça cesse !

Stop aux masques jetés n'importe où dans la nature ! Stop aux espèces animales qui vont disparaître ! Stop au gaspillage !

Oui à la fabrication maison de cosmétiques bio ! Oui aux mangas écolos ! Oui aux recettes zéro déchets ! Oui au Land Art !

Allez , on se retrouse les manches , on fait des efforts et on fait des petits gestes pour la planète !

Tout la rédaction de *La Gazette du Collège* vous souhaite une bonne lecture !



Un numéro spécial écologie...

# SOMMAIRE

Page 1  
Petits gestes écolo  
RJ

Page 2  
Les petits chiffres  
LK

Pages 3 et 4  
Recettes zéro déchets  
CE

Pages 5 et 6  
Manga nature  
LC

Page 7 et 8  
Cosmétiques maison  
AM

Page 9  
Le land art  
VC

Page 10  
Les animaux et la  
pollution  
en images  
AM

Page 11  
Test : est tu un(e)  
bon(ne)  
Écolo ?  
RJ

## Les petits gestes au quotidien

- **Fermer le robinet lorsqu'on se brosse les dents.**



- **Éteindre les lumières quand on sort d'une pièce.**



- **Trier ses déchets.**



- **Manger des aliments de saison.**

*Manger avec les saisons*

<i>Pourquoi ?</i>	<i>Comment ?</i>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Pour sa santé</li><li>• Pour l'environnement</li><li>• Pour le goût</li><li>• Pour son porte-monnaie</li><li>• Pour se faire plaisir</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Être curieux</li><li>• Prendre le temps de trouver son rythme de consommation</li><li>• Varier son alimentation sous forme de défis &amp; découvertes</li></ul>

## L'écologie en quelques chiffres

Le pourcentage de nourriture gaspillée dans le monde est **30%**.

En une vingtaine d'années le niveau des océans a augmenté de **8 cm**.

Plus de **3** enfants sur **4** respirent un air toxique en France

Il ne restera aucun glacier de montagne d'ici **50 ou 100** ans si la fonte poursuit son évolution .

La hausse mondiale des températures est égale à **1,1°C** dans les 100 dernières années.

La consommation moyenne d'eau d'un français est de **146 litres** par jour.

Une espèce animale disparaît toutes les minutes.

**50%** de l'eau prélevée en 2017 a servi au refroidissement des centrales.

**99 %** des oiseaux marins auront ingurgité du plastique en 2050.

**1** Espèce d'oiseau sur **8** est menacée d'extinction imminente.

# Des recettes écologique, zéro déchets



**Des recettes écologique et zéro déchets. Pensez à composter vos fruits et légumes ou a récupérer les épluchures !**

**Chips de pomme :**

## LES INGREDIENTS

- Des épluchures de 5 pommes
- 5 cuillère a café de sucre
- 1 pincée de cannelle

POUR :  
20 minutes de cuisson  
et  
15 minutes de  
préparations

**1<sup>ère</sup> étape /**

Préchauffer le four à 150°.



**2<sup>ème</sup> étape /**

Dans une boîte hermétique, incorporer les épluchures de pommes et ajouter le sucre et la cannelle. Refermer le couvercle de la boîte et secouer afin que les épluchures soient uniformément sucrées.

**3<sup>ème</sup> étape /**

Répartir les épluchures de pommes sur la plaque du **f**our, garnie d'une feuille de papier sulfurisé. Éviter de superposer les chips de pommes pour quelles soient bien croustillantes après la cuisson.

**4<sup>ème</sup> étape /**

Enfourner pendant 20 minutes à 150°.

## Samoussa aux légumes :

## UTILISER LES RESTES

### LES INGREDIENTS

- 250 g de courge
- 1 carotte
- ½ poireau
- 1 pomme de terre
- 10 feuilles de brick
- Huile d'olive
- Sel, poivre
- Curry

### POUR :

- 30 samoussa
- et
- 20 minutes de préparation
- et
- 5 minutes de cuisson



### 1<sup>ère</sup> étape /

Préchauffer le four à 180°. Éplucher et râper la courge, la carotte et la pomme de terre. Émincer le poireau. Dans une poêle, verser un filet d'huile d'olive et ajouter les légumes. Laisser revenir quelques minutes, saler, poivrer et ajouter du curry à votre convenance.

### 2<sup>ème</sup> étape /

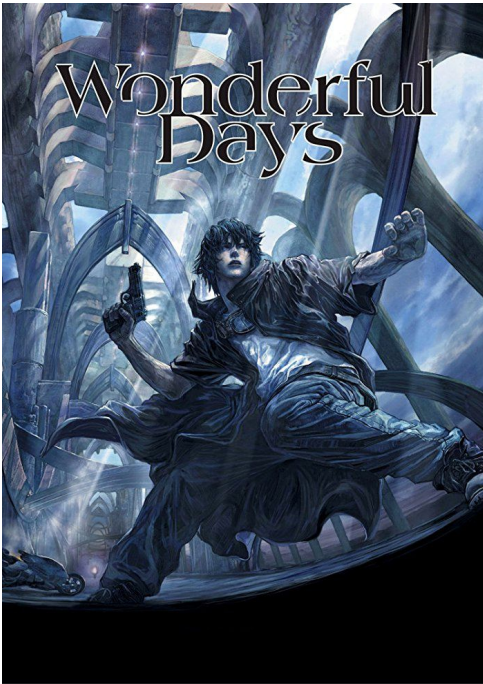
Découper les feuilles de brick en 4 bandes. Répartir 1 cc de farce au bout de chaque bande et former un triangle (voir ci-dessous).

### 3<sup>ème</sup> étape /

Disposer les samoussa sur une plaque allant au four, les badigeonner d'huile d'olive et les enfourner durant 5 à 7 minutes

**POUR DES RECETTES FACILE ET ZERO DECHETS CE**





### **Wonderful Days :**

En 2142, la civilisation a été détruite par la guerre et la pollution mais les survivants qui maîtrisaient la technologie ont construit une ville où la nature est restituée, Ecoban.

La seule énergie d'Ecoban provient de la pollution. Les habitants d'Ecoban envisagent de détruire ceux de Marr pour emmagasiner encore plus de produits polluants. Un seul homme se dresse contre Ecoban : il veut juste retrouver le bleu du ciel !

### **Mon voisin Totoro :**

Deux petites filles, Mei, 4 ans, et Satsuki, 10 ans, s'installent dans une grande maison à la campagne avec leur père pour se rapprocher de l'hôpital où séjourne leur mère. Elles découvrent la nature tout autour de la maison et surtout, l'existence de créatures merveilleuses, les Totoros, avec qui elles deviennent très amies.



## **Les pommes miracle :**

Bien qu'il ait grandi dans une ferme, Akinori Kimura ne se veut pas à devenir agriculteur. Mais pour donner suite à son mariage, il finira par reprendre l'exploitation de son beau-père. D'abord par amour, puis par conviction, Akinori Kimura va se transformer en paysan visionnaire et changer totalement sa façon de concevoir son métier et son rapport à la nature.

**LC**







## Les cosmétiques éco-responsables :



Chaque petit geste compte pour sauver l'environnement. Alors pourquoi tu ne fabriquerais pas tes propres produits de beauté et d'hygiène ? En plus, la plupart du temps les cosmétiques bio seront meilleurs pour ta peau car ils ne contiennent aucun produit chimique !

Aujourd'hui je te propose de découvrir quatre petites recettes faciles pour être beau/belle tout en respectant l'environnement et ta peau :

### 1/ Gel douche hydratant à la coco et à l'Aloé véra :

Je vais maintenant te présenter la première recette, pour cela tu vas avoir besoin de :

- 60 ml d'huile de coco et de miel (bio)
- 15 ml de gel d'Aloé véra
- 20 ml de base moussante végétale
- 20 gouttes d'huile essentielle d'eucalyptus radié
- 15 gouttes d'huile essentielle d'orange douce
- 20 gouttes d'huile essentielle de citron
- une cuillère à café de vitamine E



Recette :

- 1) Faire fondre au bain marie l'huile de coco.
- 2) Incorporer la vitamine E, les huiles essentielles, l'Aloé véra, le miel et la base moussante.
- 3) Remuer lentement, la mixture ne doit pas trop mousser.
- 4) Verser votre préparation dans un flacon de 250 ml.
- 5) Secouer avant chaque utilisation.



### 2/ Déodorant en baume :

Voici une petite recette naturelle de déodorant non cancérigène. L'odeur est adaptable selon tes envies et selon les huiles essentielles que tu possèdes!

Ingrédients :

- 2/3 gouttes d'huile essentielle de ton choix (tu peux les mélanger)
- 15 g de Bicarbonate de sodium
- 10 g de beurre de karité
- 10 g d'huile de coco
- 5 g de fécule de maïs
- 5 g d'argile blanche kaoline



Recette :

- 1) Faire fondre au bain marie le beurre de karité et l'huile de coco.
- 2) Hors du feu, ajouter le bicarbonate, la fécule de maïs et l'argile blanche puis mélanger.
- 3) Ajouter le(s) huile(s) essentielle(s) et remuer pendant quelques minutes.

- 4) Verser le mélange dans un pot en verre et laisser durcir la mixture au frigo.
- 5) Sortir le mélange du frigo lorsque que la texture devient crémeuse.

Application : prendre la quantité nécessaire sur ton doigt et étaler sous l'aisselle.

### 3/ Masque visage purifiant à l'argile verte :

Voici un petit masque détox qui va te permettre d'hydrater ta peau, de lui redonner de l'éclat et de faire disparaître ton acné et tes points noirs ! Bref la recette parfaite pour un visage parfait !

Ingrédients :

- 3 cuillères à café de poudre d'argile verte
- 3 gouttes d'huile essentielle de Tea tree (arbre à thé)
- le jus d'un citron vert



Mélanger tous les ingrédients dans un récipient en VERRE ou en CERAMIQUE. La pâte doit être lisse. Appliquer sur le visage, laisser poser vingt minutes et rincer à l'eau claire.

Attention : pour mélanger, préférer des ustensiles en bois, en verre ou en céramique (pas en métal ou en plastique car ils font perdre à l'argile verte ses bons nutriments) ; il ne faut pas abuser de ce masque car l'argile verte peut dessécher la peau si elle est utilisée trop fréquemment !

### 4/ Baume à lèvres au miel :

Ce petit baume à lèvres naturel sera parfait pour hydrater tes lèvres gercées tout en respectant la planète !

Ingrédients :

- 2 cuillères à café de miel liquide
- 2 cuillères à café de cire d'abeille brute
- 2 cuillères à café de beurre de karité
- 2 cuillères à café d'huile végétale de ricin



Recette :

- 1) Faire fondre tous les ingrédients ensemble dans un bol au bain marie
- 2) Hors de feu, mélanger énergiquement à l'aide d'un fouet
- 3) Quand le mélange devient translucide, verser dans un pot en verre de 60 ml (ou dans 6 sticks lèvres de 10 ml)

**Si tu veux fabriquer tous tes cosmétiques, tu en trouveras plus sur internet car n'oublie pas, chaque geste compte !**

**ANAÏS MARTIN**

**NB : J'AI TESTÉ ET VALIDÉ TOUS LES PRODUITS !**

**Le Land Art**

**Le Land Art** est un mouvement artistique qui est né aux USA à la fin des années 60. Il utilise comme cadre la nature et tout ce qu'elle peut offrir:

cailloux , sable, arbre, feuilles, plantes....

C'est un art éphémère (qui ne dure que peu de temps) car il est exposé à l'extérieur et est soumis aux éléments tels que le vent, la pluie , les vagues...

Un artiste gallois **Jon Foreman** crée de merveilleuses œuvres d'art.



Il a grandi au Pays de Galles et a toujours été au contact du littoral et de ses trésors cachés. Il nomme son art : le « **Sculpt the World** ».

Allez, suivez le guide et laissez-vous emporter par la poésie de ces images ; souvenirs d'œuvres fugaces !



Un mandala en trompe l'oeil sur le sable



Un escargot des sables



Un tapis de galets

V,Carrera

## La conséquence de la pollution sur les animaux en image :





Depuis début de la crise sanitaire, beaucoup de masques sont jetés dans la nature. Mon astuce : quand tu jettes ton masque **à la poubelle** casse les élastiques pour éviter ça :



La pollution des océans constitue la plus grande pollution de nos jours



Les marées noires sont aussi très dangereuses pour la faune et la flore marine



La pollution touche tous les lieux terrestres, marins, forestiers...



Les ours polaires subissent la pollution et la fonte des glaciers !

**Il est temps d'agir !** AM

**FAIT LE TEST !**

**Es tu écolo ?**

Ne ment pas, répond franchement (ce test n'est là que pour t'aider).

## C'est parti :

Tu lances un déchet dans la poubelle mais tu rates :

- a. Tu vas le mettre dans la poubelle.
- b. Tu tir dedans pour le rapprocher de la poubelle.
- c. Tu part en ronchonnant car tu as raté ton lancer.

Tu tries tes déchets :

- a. Tout le temps.
- b. Parfois.
- c. Jamais.

Prends tu le plus souvent un bain ou une douche ?

- a. Une douche.
- b. Un bain.
- c. Les deux

---

## RESULTATS :

Tu as une majorité de a :  
Tu es un(e) vrai(e) écolo !  
Félicitation tu peux te  
permettre de faire des  
remarques à tes proches  
en leur disant que tu es  
parfait(e) !

Tu as une majorité de b :  
Tu as des progrès à faire  
mais ce n'est pas trop  
mal !

Tu as une majorité de c :  
Oh lala ça ne va pas du  
tout ! Il faut relire ce  
Journal au moins 10000  
fois .

RJ

**A**

BIENTÔT  
DANS UN  
PROCHAIN  
NUMERO

...