

ZOOM SUR...

AGIR FACE AUX DÉCHETS

4

TRAVAILLER

DEUX VOLONTAIRES
EN SERVICE CIVIQUE
INTERNATIONAL

5

TRAVAILLER

UN JOB DATING TOUR
+50 ANS RÉUSSI

15

BIEN-ÊTRE

FORMER NOS COMMUNES
POUR MIEUX ACCOMPAGNER
NOS AÎNÉS



2024 a été une année record avec de nombreux bouleversements météorologiques qui ne sont que le résultat du changement climatique. J'ai une pensée pour nos voisins de l'Audomarois, qui ont fait les frais de pluies diluviennes. Des résidents de longue date se voient désormais obligés de partir face aux nouveaux risques d'inondations. Une becque qui était si tranquille jusqu'alors peut devenir en l'espace de quelques heures un torrent pouvant tout emporter sur son passage. Nous ne sommes plus à l'abris d'une tempête, d'une inondation ou d'une catastrophe naturelle. Une dizaine d'année auparavant, ces phénomènes n'étaient que des épisodes exceptionnels. La France subit de plus en plus de tempête hivernale, comme très récemment en Ile-et-Vilaine, conséquences d'un environnement en pleine mutation.

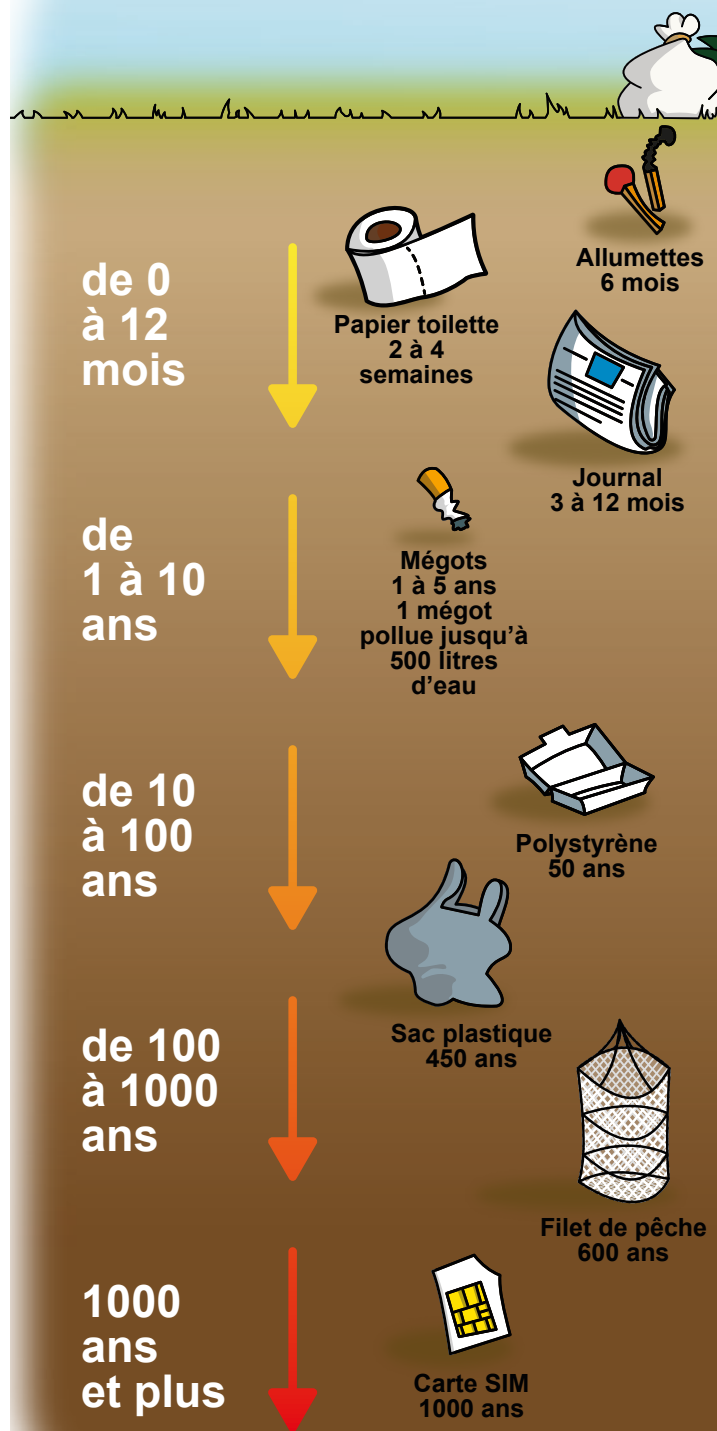
Réduire notre impact sur l'environnement permet de contenir ces changements. À notre échelle, nous organisons régulièrement des temps de ramassage des déchets comme Villes et Campagnes propres ou le World Clean Up Day. Nous aménageons aussi des espaces en adéquation avec les problématiques environnementales. Au delà des actions sur le terrain, nous repensons nos modes de consommation pour les rendre plus durables. Le Zéro Déchet a pour objectif de nous apprendre à ne plus produire de déchets. Une manière de consommer autrement qui permet à terme de diviser par deux nos poubelles.

Construisons un avenir durable pour les futures générations en devenant leurs champions du développement durable.

Christophe Liénart

Vice-Président en charge de l'animation
et du développement durable
Maire de Deûlemont

La durée de vie des déchets





SOMMAIRE

P.4

TRAVAILLER

sur notre territoire

Un nouveau groupe de volontaires mobilisés pour vous !

Benjamin et Charles, deux volontaires en service civique international

Un Job Dating Tour +50 ans réussi !

Un forum qui dynamise l'emploi local !

Les Clés de l'emploi fête leurs 20 ans d'existence !

P.8

SORTIR

sur notre territoire

Entraînement intense pour les lutins du Père-Noël !

P.9

ZOOM SUR... AGIR FACE AUX DÉCHETS

Une semaine pour faire face aux déchets !

Super Zéro Déchet revient !

La cuisine Zéro Déchet, une initiative bonne pour la planète et le porte-monnaie !

Petit guide des gestes « Zéro Déchet » en cuisine

Former nos communes pour mieux accompagner nos aînés



@alliancenordouest



@alliance.nordouest

sivom ALLIANCE Nord-Ouest - N°14 FÉV 2025 • Directeur de publication : Miguel Bédès • Responsable de rédaction : Caroline Decarpentry • Crédits photos : photothèque ALLIANCE Nord-Ouest et communes adhérentes, sylvain leroy • Conception : Agence LINEAL • Impression : Nord'Imprim • Tirage à 47 000 exemplaires • Dépôt légal : 2025 • N°ISSN papier : 1261 2308 N°ISSN web : 2779-7856V • Tous droits réservés, reproduction partielle ou totale interdite sauf autorisation. Ne pas jeter sur la voie publique • sivom Alliance Nord-Ouest Parc de l'Innovation 187 rue de Menin 59520 Marquette-lez-Lille - 03 20 63 01 30.

> **SERVICE CIVIQUE AUPRÈS DE VOUS**

Un nouveau groupe de volontaires mobilisés pour vous !

Depuis le mois de novembre, 12 volontaires ont rejoint nos communes pour apporter leur aide et leur enthousiasme au service de nos aînés, de nos bambins ou encore de notre environnement local.

Épaulés au quotidien par les agents communaux, ils développent à nos côtés de nouvelles compétences pour leur future carrière professionnelle tout en construisant leurs projets d'avenir grâce à l'accompagnement personnalisé que nous leur apportons.

Suivi collectif et particulier avec leur coach Emilie, stages de sensibilisation, formations diplômantes... Nous avons à cœur de leur fournir tous les outils nécessaires pour aborder le monde du travail avec confiance et détermination ! Nous leurs souhaitons de passer une belle expérience !

> **SERVICE CIVIQUE INTERNATIONAL**

Benjamin et Charles, deux volontaires en service civique international (SCI)

Le Service Civique International offre une opportunité unique aux jeunes de vivre une expérience enrichissante à l'étranger tout en contribuant à des projets solidaires et citoyens.

Grâce à la Mission Locale Métropole Nord-Ouest, cet engagement devient accessible à un plus grand nombre de jeunes du territoire. Le Service Civique International est une expérience à la fois humaine, professionnelle et interculturelle, qui permet de développer des compétences, de découvrir d'autres cultures et de contribuer à des causes essentielles. Grâce à l'expérience de Benjamin Grégoire et Charles Mollet, découvrez ce que représente cet engagement.

Benjamin s'est engagé au sein de l'association ASSCAN à Saint-Louis, au Sénégal, pour promouvoir le sport à travers le prisme des Jeux Olympiques de Paris 2024. Il a démarré sa mission le 15 octobre 2023 par une phase d'observation puis s'est lancé dans l'organisation d'animations sportives dans les quartiers et les écoles. Avec son tuteur, il a préparé des projets éducatifs tels que la création d'un jeu pour sensibiliser les plus jeunes à l'environnement.

« J'ai déjà développé des compétences comme la gestion d'un groupe d'enfants, l'écoute, et l'adaptation à un nouvel environnement ».

Il a appris à communiquer avec des per-

sonnes ne parlant ni français, ni anglais. Si les premiers jours ont été marqués par un certain dépaysement, Benjamin témoigne d'une intégration réussie au sein de l'association et d'une bonne adaptation au contexte local.



Benjamin auprès des jeunes à Saint Louis au Sénégal.



Charles et un jeune Ivoirien.



Charles, sa tutrice et l'équipe de la PFS

« Je me sens plus autonome et j'ai le sentiment de grandir à travers cette expérience ».

Entre apprentissage culturel et réalisation de ses objectifs personnels, Benjamin se réjouit des opportunités offertes par ce volontariat.

À Korhogo, Charles a intégré une mission le 14 octobre 2023, axée sur l'accompagnement des jeunes au sein de la Plateforme de Services Côte d'Ivoire (PFS). Il a élaboré divers outils destinés à accompagner les jeunes dans leurs démarches de recherche d'emploi : création de CV, rédaction de lettres de motivation et préparation aux entretiens.

« J'ai développé mon sens de l'écoute et gagné en autonomie ».

Sa mission lui a permis de s'intégrer pleinement à la vie locale tout en enrichissant ses compétences relationnelles et professionnelles. Il se dit très bien accueilli, tant par l'équipe de la PFS que par les habitants de Korhogo.

« Je suis fier de ce que je réalise ici. Je me sens plus mature ».

Leurs projets au retour ? Benjamin n'en a pas encore défini mais a la certitude qu'il pourra capitaliser sur cette belle expérience. De son côté, Charles envisage déjà un départ en Australie.



Benjamin animant un groupe de jeunes.



Suivez leurs aventures sur Instagram : @ambmobilitéeinter
Le SCI vous intéresse ?
Contactez la Mission Locale
Métropole Nord-Ouest par
téléphone au 03 20 14 52 80

> EMPLOI DES SÉNIORS

Un Job Dating Tour +50 ans réussi !

Le 3 octobre 2024, le Château de Robersart à Wambrechies a de nouveau accueilli le Job Dating Tour +50 ans. Un événement dédié à favoriser l'emploi des personnes âgées de 50 ans et plus. Organisée par la Maison de l'Emploi Métropole Nord-Ouest, en partenariat avec Compétences et Emplois et la ville de Wambrechies, cette deuxième édition a confirmé le succès de l'initiative.



304 candidats
34 exposants
346 entretiens

Avec **304 candidats** et **34 exposants** présents, cette rencontre a permis d'instaurer un dialogue direct entre les employeurs et les demandeurs d'emploi seniors du territoire. Les participants ont pu y découvrir des opportunités professionnelles et obtenir des conseils précieux. Certains candidats ont même bénéficié d'une préparation préalable pour optimiser leurs chances auprès des employeurs.

Outre l'espace recrutement, les visiteurs pouvaient aussi obtenir des informations sur la création d'entreprise, la reconversion professionnelle, la formation, la validation des acquis de l'expérience (VAE) ou la mobilité professionnelle.

346 entretiens ont été réalisés, témoignant de l'intérêt des entreprises pour cette initiative.

Ce type d'événement continue de jouer un rôle clé dans la lutte contre les stéréotypes liés à l'âge et de démontrer la valeur ajoutée des compétences des seniors sur le marché du travail.

BESOIN D'UN ACCOMPAGNEMENT PERSONNALISÉ ?

Si vous avez plus de 50 ans, le PLIE Métropole Nord-Ouest vous propose un accompagnement individualisé grâce à un conseiller dédié, pour construire votre parcours d'insertion professionnelle vers un emploi ou une qualification.

Retrouvez plus d'infos sur
www.emploi-mno.fr
Par téléphone :
03 20 14 52 80
Par mail :
plie-mno@emploi-mno.fr



> EMPLOI LOCAL

Un forum qui dynamise **l'emploi local** !

Le 21 novembre 2024, la Maison de l'Emploi Métropole Nord-Ouest et la ville de Pérenchies ont organisé le forum « Décroche ton job ou ta formation » dont le succès ne s'est pas fait attendre.



277 candidats s'étaient pressés aux portes du Complexe culturel de l'horloge à la rencontre des **51 exposants**. Les visiteurs pouvaient déambuler dans les allées du forum et échanger des employeurs pour peut-être réussir à décrocher le CDD, le CDI, l'alternance ou l'intérim tant convoité. On retrouvait parmi les stands de géants de notre territoire comme les enseignes de commerce Ikéa, Carrefour ou Décathlon mais aussi des entreprises de taille plus modeste comme la chocolaterie de Quentin Bailly.

Il était possible de trouver des opportunités dans les secteurs de la grande distribution, des métiers de bouche, du transport, de la santé ou encore de l'informatique. D'autres stands permettaient aux candidats d'obtenir des conseils ou d'affiner leur projet professionnel. Le forum a permis de rapprocher les acteurs du territoire d'avec les demandeurs d'emploi. C'est un succès retentissant qui contribue à dynamiser l'emploi sur notre territoire.

277 candidats
51 exposants



AGENDA

Salon Les Clés de l'Emploi 20^e édition

Jeudi 27 mars 2025 de 9h à 17h

Salle du Forum

à Marquette-lez-Lille

Décroche ton job ou ta formation spécial Insertion par l'Activité Économique (IAE)

Jeudi 27 février 2025 de 14h à 17h

Maison de l'Emploi Métropole Nord-Ouest
à Lambersart

Décroche ton job ou ta formation spécial Jobs d'été / étudiants / stages

Jeudi 22 mai 2025 de 14h à 17h

Maison de l'Emploi Métropole Nord-Ouest
à Lambersart

Les Clés de l'emploi fête leurs **20 ans d'existence !**

Les Clés de l'Emploi fêtent leurs 20 ans en mettant en lumière la force du réseau ! Des partenariats et des collaborations inédites à découvrir le 27 mars à Marquette-lez-Lille !

150 exposants sont présents cette année et vous proposent des démonstrations et des conférences thématiques. De nouvelles têtes les rejoignent telles que la fonction publique et les métiers de l'événementiel. Le réseau pour l'emploi est à l'honneur avec Yookan, spécialiste de l'orientation et des compétences, qui présente ses nombreux concepts et Workeez, l'application surnommée le « Tinder de l'emploi », qui est le partenaire de cet événement. Différents espaces d'infor-

mation, d'orientation, de formation, de recrutement ainsi qu'un village création d'entreprise sont à découvrir. N'oubliez pas d'apporter votre CV !

Jeudi 27 mars 2025 9h-17h
Salle du Forum, rue Jean Froissart
à Marquette-lez-Lille

Entrée gratuite en accès libre

Plus d'info : 03.20.14.52.80

ou sur **www.clesdelemploi.fr**



 **Le Centre
de l'emploi
Marquette-lez-Lille**

 **Marquette-lez-Lille**

Le Cadeleine
Centre de l'emploi de Lille



**Salon
Les clés de
L'EMPLOI
2025**





Apportez vos CV
au Rendez-vous de tout le Nord

Jeudi 27 mars / 9h00 - 17h00

Marquette-lez-Lille

Salle du Forum - rue J. Froissart
Village-en-Flandres



Infos utiles
03 20 14 52 80
www.clesdelemploi.fr

 **Mission Locale**

 **ALIC**

 **PLE 500**

 **ENTREPRENEUR**

 **France Travail**

 **iJobia**

 **ilab**

 **Itagora**

 **Université Lille**

 **Université de Lille**

> **SPORT**

Entraînement intensif pour les lutins du Père-Noël !

Le 14 décembre dernier, près de 500 lutins ont participé à la Rando du Père-Noël. À Wambrechies, ils se sont entraînés toute la journée pour préparer le grand soir du réveillon. À travers ce reportage exclusif, plongez au cœur de cet escadron pas comme les autres.

Chaque année, Père-Noël, soucieux de réussir sa tournée, invite ses lutins à participer à une immense randonnée sur notre territoire. Cela fait 10 ans qu'avec ses équipes, il quitte le pôle Nord pour participer à cette session sportive sur notre territoire.

« J'aime beaucoup me ressourcer ici avec mes équipes. Le territoire est magnifique et cela me change de la neige et des sapins »

Nous sommes alors à 15 jours de l'événement et Père-Noël souhaite que ces lutins soient en forme et prêts pour la grande tournée.

« Tous mes lutins doivent être prêts pour réussir la tournée. Ce serait dommage qu'un enfant ne reçoive pas le bon cadeau à cause d'une erreur au sein de ma fabrique. Nous nous devons d'être prêts ! »

À 13h30 ce jour-là, Père-Noël ouvre les portes de la salle des fêtes. Durant plus de 30 min, c'est un flot continu de lutins qui

se pressent à la rencontre des bénévoles de l'Athlétique Club de Wambrechies. Avec le soutien de l'ALLIANCE Nord-Ouest, l'association a travaillé durant plusieurs mois pour préparer la réception de Père-Noël et de son groupe. Elle a œuvré auprès des mairies et des autorités publiques pour répondre à la demande du bonhomme rouge et blanc et proposer 2 circuits. Un de 12 km pour les plus sportifs et un autre de 7 km destiné aux lutins moins athlétiques et à leur famille.

« C'est important pour moi que tous puissent participer à l'événement ! »

À 14h, ils sont près de 500 lutins à s'échauffer au rythme des bénévoles devant le kiosque du parc de Robersart. Avec l'aide d'un mégaphone, Père-Noël a ensuite donné le top départ à ses compagnons. Un millier de jambes se sont lancés à l'assaut des parcours. Sur les sentiers, le long de la Deûle et de la Marque, ces bonnets rouges et blancs ont pu observer et découvrir la faune et la flore de notre territoire.



« J'adore pouvoir voir des poules d'eau et des canards. Ça nous change des rennes qu'on trouve par chez nous. »

Il est 15h30 quand les premiers lutins, les plus compétitifs, sont revenus des 12 km. Certains munis de bâton de marche ont explosé leur record personnel. Père-Noël, fier de pouvoir les accueillir à l'arrivée en a profité pour faire des séances photos. Dans sa grande bonté, la star du jour leur a même offert le goûter et un ballotin de chocolat à déguster sans modération.

« Même si la Rando est là pour chauffer mes troupes avant Noël, je suis quand même heureux de pouvoir les récompenser d'un peu de chocolat ! »

Probablement subjugués par la beauté des paysages qu'ils ont traversé durant leur périple, de nombreux lutins étaient arrivés vers 17h, bien après les premiers arrivants. Mais Père-Noël les a attendu pour partager le goûter et leur boîte cacotée.

« Je me dois de soutenir tous les membres de mon équipe. C'est ça l'esprit sportif de Noël ! »

Les lutins et Père-Noël, après avoir remercié les équipes organisatrices de la Rando, sont repartis vers le pôle Nord, le cœur joyeux et les mollets échauffés. Ils étaient prêts pour la grande tournée !

Grâce à la Rando du Père-Noël, les lutins, plus forts que jamais, ont réussi à préparer et aider Père-Noël le 25 décembre. Tous les enfants du monde ont reçu leur cadeau. Bravo à tous !!!

NB. : Les propos du Père-Noël ont été traduits du lapon en français.



Agir FACE AUX DÉCHETS

Aujourd'hui encore, nous voyons sur nos routes et chemins de nombreux déchets. Cigarettes de soda, mégots de cigarette ou même électroménagers, tous sont le reflet de notre mode de vie, de notre consommation et de notre éducation. C'est le mal de notre siècle qu'il nous faut combattre pour réduire la pollution et rendre nos espaces plus agréables. Mais comment agir contre cela ?

En les ramassant quotidiennement ou lors d'actions coordonnées, mais aussi en modifiant nos comportements alimentaires, notre manière de consommer ou tout simplement en ne produisant plus de déchets inutiles. Bien qu'utopique, le Zéro Déchet est un objectif vers lequel il nous faut tendre.

À travers les pages de ce zoom, nous vous invitons à découvrir comment réduire les déchets sur notre territoire aussi bien par des actions ou des ateliers que par de nouvelles méthodes de consommation.

Quelques pages qui, nous l'espérons, vous permettront d'être les héros Zéro Déchet de demain !



Une semaine pour faire FACE AUX DÉCHETS !

Petits ou grands, quelle que soit leur taille, les déchets sauvages sont un fléau pour la faune et la flore de notre territoire. Du 10 au 16 mars, l'ALLIANCE Nord-Ouest et les communes vous invitent à vous battre face à ce fléau lors des différents rendez-vous proposés par Villes et Campagnes propres.



L'an passé, vous étiez plus de 300 volontaires à nous rejoindre pour ramasser tous ensemble les immondices qui pullulent le long de certains chemins ou dans certaines becques. Plus de 43 m³ ont pu être amenés par les services techniques de nos communes dans les déchetteries de la métropole. Le ramassage de chaque déchet compte, qu'il soit un petit mégot ou un énorme frigidaire. Mobilisons-nous dans nos écoles, nos quartiers et nos villes pour nettoyer notre environnement !

L'ALLIANCE Nord-Ouest réitère son partenariat avec Esterra pour fournir aux volontaires les sacs et les gants nécessaires à cet événement.

Retrouvez toutes les informations sur l'événement, les dates, les lieux et les horaires sur notre site web, rubrique développement durable.

Super Zéro Déchet revient !

Après ses nombreuses aventures pour lutter contre les déchets à travers le monde, Super Zéro Déchet est de retour pour distribuer le kit goûter aux élèves des classes de CP de notre territoire !

L'an passé, avec l'aide de notre super héros préféré, nous avons pu distribuer plus de 700 kits goûter aux élèves de CP. Une distribution qui s'était accompagnée de temps de sensibilisation pour donner toutes les clés aux écoliers afin de devenir eux aussi des héros du Zéro Déchet. L'ALLIANCE Nord-Ouest fait de nouveau appel à Super Zéro Déchet pour organiser la distribution de nouveaux kits aux élèves durant tout le mois de mars. Les élèves reçoivent un kit complet qui contient une gourde en inox adaptée à la vie des écoliers, un sac en coton bio et des documents pédagogiques sur le bien manger. L'attrail des vrais héros ! Cette année, ce sont près de 800 élèves qui seront concernés par ce dispositif.

Une action réalisée sur une idée de la mairie de Roubaix et en partenariat avec les communes de l'ALLIANCE Nord-Ouest.



Les aventures de **SUPER ZÉRO DÉCHET!**

Une
canette au sol.
Hop !
Elle sera mieux dans la
poubelle.



Zut !
Cette
peluche est
trop abîmée
pour être
récupérée...
Pas le choix,
c'est
poubelle.



C'est quand même
mieux d'avoir
moins de déchets
par terre !



ARF !
CE DÉCHET
EST
ÉNORME !



GNIÉÉÉÉÉÉÉÉÉÉ !



**SUPER ZÉRO
DÉCHET !
ON ARRIVE POUR
T'AIDER !**

Piouf !
Je n'y
arriverai
jamais tout
seul...



Merci les copains !
Sans vous, je n'aurai jamais su le
porter !

C'est bien pour ça qu'on
organise tous les ans
Villes et Campagnes propres !



Celui-ci
ira
à la déchetterie.



Ensemble, on est toujours
plus fort pour lutter contre
les déchets !

Avec
tes parents et/ou tes amis,
rejoins-nous et participe à
Villes et Campagnes propres
les 15 et 16 mars
prochains !



La cuisine Zéro Déchet, une initiative bonne pour la planète et le porte-monnaie !

Atteindre le Zéro Déchet, ça peut sembler compliqué. S'il est difficile de totalement supprimer les déchets, on peut essayer de les réduire petit à petit avec des gestes simples et en changeant progressivement nos habitudes de consommation. Il existe de nombreuses astuces pour adopter une alimentation plus durable. Des initiatives bonnes pour soi et pour la planète !

LA CUISINE « ZÉRO DÉCHET », UNE DÉMARCHE ÉCOLOGIQUE...

La production moyenne de déchets en France est de 458 kg par an et par habitant.

Compostage de vos déchets d'un côté, emballages et papiers dans la poubelle jaune... Faire le tri, c'est déjà un bon début. Et si nous essayions, petit à petit, de les réduire ?

Le meilleur déchet, c'est celui qu'on ne produit pas !

...MAIS AUSSI ÉCONOMIQUE

En France, le gaspillage alimentaire représente 100 € par personne et par an. En évitant le gaspillage alimentaire, en plus d'être bon pour la planète, on fait des économies !

Comment ? Grâce à la cuisine « Zéro Déchet » ! En cuisinant les restes, en achetant la juste quantité en vrac... des petits gestes bons pour la planète et pour votre porte-monnaie !



Petit guide des gestes « Zéro Déchet » en cuisine

PRIVILÉGIER LE FAIT-MAISON

Boîtes en carton, emballages en plastique, ou micro-ondables... Souvent, les plats préparés sont suremballés. Autant que possible, essayons d'acheter des produits bruts, sans emballage, et de cuisiner maison. Moins de déchets, plus de saveur... cela permet aussi de limiter notre consommation d'aliments ultra-transformés et donc la présence d'additifs dans notre alimentation, dont on ne connaît pas encore précisément l'impact sur la santé. **Le fait-maison est bon pour soi et pour la planète !**

Dans notre jardin ou sur notre balcon, pourquoi ne pas réaliser notre propre petit potager ? Basilic, persil, tomates, fraises... goûtons au plaisir de déguster nos propres fruits, légumes et aromates. Si on n'a ni jardin ni balcon, c'est possible de faire pousser ses aromates en intérieur. On peut même faire ses propres tisanes en faisant sécher des feuilles de menthe, mélisse, verveine, thym, romarin... **c'est très simple et délicieux !**

En cuisinant maison, on peut aussi mieux gérer le contenu de son assiette et adapter les quantités : une bonne idée pour réduire le gaspillage alimentaire. On peut utiliser un verre-doseur, pour préparer les justes quantités : légumes secs, riz, pâtes... Et en plus, avec le fait-maison, **on peut faire des économies.**

ACHETER EN VRAC

Fruits, légumes, pâtes complètes ou semi-complètes, lentilles... Quels que soient les ingrédients dont nous avons besoin pour notre recette, pourquoi ne pas essayer de les acheter en vrac, ce qui permet aussi d'éviter les emballages. Une initiative bonne pour la planète et économique.



ACCOMMODER LES RESTES

Fruits trop mûrs, épluchures, pain rassis, pâtes de la veille... Il existe de nombreuses façons de cuisiner les restes et d'éviter de les jeter. Voici quelques astuces pour accommoder les restes.

Les pommes sont trop mûres et les bananes noircissent dans la corbeille de fruits ? Cuisinons-les en compote de pommes-bananes.

Les fanes, les épluchures et les tiges des légumes aussi se cuisinent. On peut par exemple faire une délicieuse soupe de fanes de carottes ou un bon pesto.

La baguette de pain de la veille a séché ? Plutôt que de la jeter, on peut s'en servir pour réaliser un pain perdu gourmand ou la transformer en chapelure et cuisiner un délicieux filet de poisson pané. Ou pourquoi pas en faire des croûtons revenus dans un peu d'huile d'olive et d'ail haché, à parsemer dans une salade ?



Il y a des restes du plat de pâtes de la veille ? On peut les transformer en un bon gratin. De même, s'il reste des pommes de terre, on peut les utiliser pour cuisiner un nouveau plat, comme une salade de pommes de terre. Il existe plusieurs façons de réutiliser les restes du repas de la veille et de les transformer en un nouveau plat pour varier les saveurs.

N'hésitez pas à découvrir toutes nos idées de recettes anti-gaspi à cette adresse : sivom-alliance-nord-ouest.fr/recettes-anti-gaspi/ ou en flashant ce QRcode. Vous avez des recettes anti-gaspi à partager ? Envoyez-les nous par mail à cette adresse : accueil@sivomano.fr Nous les ajouterons avec grand plaisir à cette page !



Petit guide des gestes « Zéro Déchet » en cuisine

SE PASSER PETIT À PETIT DES USTENSILES ET DU MATÉRIEL DE CUISINE JETABLES



Couverts jetables, film plastique, essuie-tout... Autant d'objets qu'on ne peut utiliser qu'une seule fois et qui finissent dans nos poubelles. Pourtant, il existe des alternatives réutilisables !

Au lieu d'utiliser des films alimentaires en plastique, des alternatives lavables et réutilisables existent : charlotte alimentaire en tissu, bee wrap en cire d'abeille ou tout simplement un torchon ! On peut aussi utiliser des bocaux ou boîtes en verre pour conserver les aliments.

Et pour pique-niquer ? Pensons aux verres, couverts et assiettes réutilisables.

À la maison, à la place de l'essuie-tout, on peut utiliser des vieux torchons que l'on lave ensuite en machine, ou des serviettes de tables en tissu.

En magasin, autant que possible, privilégions les produits peu emballés : par exemple des champignons en vrac plutôt qu'en barquette, des paquets de gâteaux sans emballage individuel...

Le saviez-vous ?

S'il est vraiment trop tard pour sauver certains aliments, sachez que la plupart des restes alimentaires, les épluchures de fruits et de légumes, les sachets de thé, le marc de café... peuvent se recycler dans un compost. Utiliser un bac à compost est une bonne solution pour recycler ses déchets alimentaires et fabriquer son terreau « maison ». Il existe des petits composts d'intérieur pour les appartements ou extérieurs si vous avez un jardin. Vous pouvez composter vos déchets de cuisine (épluchures, marc de café, pain, laitages...), vos déchets de jardin (tontes de gazon, feuilles...) et même certains déchets de maison biodégradables (plantes d'intérieur...). Attention, il ne faut jamais mettre dans un compost des produits chimiques ou synthétiques non biodégradables (verre, métaux, plastiques...). Pour réussir votre compost, n'hésitez pas à consulter notre guide pratique disponible dans la rubrique Développement durable de notre site internet.



Former nos communes pour mieux accompagner nos aînés

Fin 2024, l'association Vivons en Forme (ViF) a réalisé avec l'ALLIANCE Nord-Ouest et les CCAS de nos communes une formation de sensibilisation sur la nutrition de nos aînés. Un atelier ludique issu du programme pour l'Alimentation Saine, Durable et Accessible (ALISA) initié par ViF depuis 2021.

ALISA promeut une alimentation positive, partagée et durable auprès des personnes de 55 ans et plus. L'initiative lancée par L'Institut For A Positive Food, le Centre de Recherche de l'Institut Paul Bocuse et ViF s'est faite en collaboration avec les villes d'Ecully et de Meyzieu. Ces deux villes, proches de Lyon, portent depuis de nombreuses années, des actions sur la thématique de la santé et de l'alimentation. Une expérience non négligeable pour porter à bien ce programme.

Grâce à leurs expériences, elles ont constaté que les ressources en temps et en argent pour une alimentation saine étaient inégales d'un individu à un autre. Elles ont conclu qu'il était pertinent de s'adresser aux 55 ans et plus, car c'est une génération pivot pouvant transmettre à leur tour les cultures et pratiques alimentaires aux plus jeunes et à leur entourage. L'intérêt d'ALISA est de faire face à cette problématique en apportant des solutions adaptées aux besoins des plus âgés et en intégrant directement les habitants dès la conception de contenus.

Cela s'est traduit par la formation des agents des CCAS de nos communes auprès d'une diététicienne en vue de mettre en place des ateliers à dispenser sur notre territoire. Avec ALISA, encadrants et animateurs disposent d'outils et d'expériences à proposer pour favoriser une alimentation plaisir, saine et durable pour le plus grand nombre. En 2025, ils proposeront des activités, des ateliers cuisine et des animations aux seniors dans le cadre de ce programme.

Les CCAS, soutenus par l'ALLIANCE Nord-Ouest, se mobilisent toute l'année pour favoriser le bien-manger. N'hésitez pas à vous rapprocher d'eux si vous souhaitez participer à ces futurs ateliers. Des bons moments de convivialité et de partage vous attendent !



SEMAINE DU 10 AU 16 MARS 2025

VILLES & CAMPAGNES PROPRES



RAMASSER
DEPOLLUER
SENSIBILISER
PARTAGER

Retrouvez toute la programmation sur sivom-alliance-nord-ouest.fr