



# UNE SEMAINE D'ACTION POUR LA TRANSITION ÉCOLOGIQUE

DU 25 AU 30 MARS

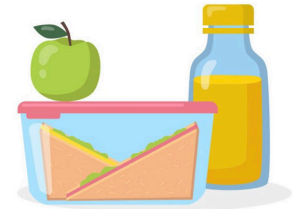
L'Agence du Service Civique (ASC) et l'Agence de la transition écologique (ADEME), avec l'association Unis-Cité, partenaire fondateur, invitent **l'ensemble des jeunes volontaires en Service Civique** à devenir des acteurs de la transition écologique.

Pendant une semaine, vous pouvez agir et sensibiliser petits et grands partout en France. Comment faire ? Rien de plus simple, ces fiches actions vous proposent des idées d'animations adaptées à tous les publics.

N'hésitez pas à en parler avec votre tuteur et aux autres volontaires afin qu'ils puissent vous aider à les mettre en place.

## ET MAINTENANT À VOUS DE JOUER !

# ATELIER PRÉPARER UN GOÛTER ZÉRO DÉCHET !



## DESCRIPTIF

Pour lutter contre le gaspillage alimentaire et réduire les déchets d'emballage, il est important de faire participer les enfants dès le plus jeune âge. Composez avec eux le goûter idéal : bon pour la santé et bon pour la planète.

Oubliez les dosettes individuelles et les gâteaux industriels en sachet, optez pour une boîte à goûter et des fruits de saison.

Cette activité peut être faite en petits groupes avec dégustation à la clé !




Crédit Pch Vecto Freepik

## MÉTHODE

- **Étape 1** : Demandez aux enfants de chercher les fruits de saison sur le calendrier que vous aurez imprimé préalablement. Demandez-leur si ce seront les mêmes fruits en mars, en avril, en mai et en juin ?
- **Étape 2** : Préparez en groupe des barres de céréales maison. Plusieurs recettes faciles à réaliser sont disponibles sur Internet comme celle de Hervé Cuisine : [ce lien](#).
- **Étape 3** : Pour un goûter à plusieurs, vous pouvez aussi préparer un gâteau de pain au chocolat en consultant la recette ici : [ce lien](#).


### Idée bonus :

Cette activité peut être associée à l'atelier smoothie.




**MATÉRIEL :**


- un calendrier des fruits et légumes de saison à commander ou imprimer : [ce lien](#) (Vous pouvez commander sur la librairie de l'ADEME plusieurs exemplaires du calendrier pour le remettre en version imprimée aux participants) ;
- du matériel de cuisine pour la préparation des recettes ;
- un espace permettant de cuisiner, cuire et laver la vaisselle.



**DURÉE :**  
1 à 2 heures.



**PUBLIC :**  
Tous les publics.



**POUR ALLER PLUS LOIN :**

- le livret de recettes zéro déchets de l'ADEME : [ce lien](#).
- le guide de l'ADEME « Préserver sa santé et la planète » : [ce lien](#).