

## QUELQUES IDEES DE LIVRES

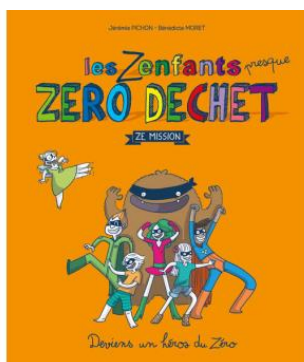
### 1/ Famille Zéro déchet Ze guide Thierry Souccar Editions 15 €

Le Zéro Déchet, l'essayer c'est l'adopter ! Réduire ses déchets pour la planète, pour sa santé, pour le porte-monnaie, c'est le moment ! Mais comment s'y prendre ? En marchant dans les pas de Jérémie et Bénédicte. Ce livre, à la fois carnet de bord pas triste, et guide pratique, vous mènera au but en vous épargnant bien des pièges ! Avec humour et autodérision, les auteurs vous proposent un plan d'action détaillé et 10 défis Zéro Déchet pour vous lancer.



### 2/ Les Zenfants Zéro déchet Ze mission Thierry Souccar Editions 13,90 €

Ce guide rassemble une montagne de trucs et d'astuces relatifs à la protection de l'environnement, permettant de vivre sans produire le moindre déchet. Et franchement, n'y a-t-il pas plus belle vie que de ne jamais sortir les poubelles ? Les Zenfants zéro déchet s'adresse autant aux petits qu'aux grands.



### 3/ Zéro déchet de Béa Johnson Editions Les arènes 17 €

Allégez-vous ! Tel est le conseil de Béa Johnson depuis que sa famille et elle ont réussi à réduire de 40 % leurs dépenses annuelles en ne produisant aucun déchet. Nul besoin de changer de vie, celle qui est désormais suivie par des milliers de fans dans le monde entier nous livre ici une centaine d'astuces, simples à appliquer, pour respecter l'environnement et faire de vraies économies. Un défi à relever, pour la planète et votre santé !



#### 4/ 3 semaines pour diminuer mes déchets de Marie Touffet Editions Eyrolles

L'auteure vous propose un plan d'action détaillé et progressif pour vous lancer, sans vous mettre la pression. Avec 50 fiches pratiques simples et efficaces, vous trouverez des alternatives concrètes pour le quotidien : courses, cuisine, nettoyage, produits d'entretien, hygiène, maquillage, vêtements, jardin, avec vos enfants ou votre animal de compagnie, en vacances ou à la maison... Car les déchets sont partout ! Ce que vous allez gagner : l'amélioration de votre écobilan familial, moins de toxiques et le sentiment exaltant d'être acteur de votre vie, de votre santé et de l'avenir de notre planète.



#### 5/ 100 gestes pour réduire son empreinte carbone de LanAnh Vu Hong Fyepditions 19,50 €

À chaque instant de notre vie, nous pouvons tous contribuer à la protection de l'environnement et lutter contre le réchauffement climatique. Nous avons le pouvoir d'agir, plus que nous le croyons. Ce guide pratique révèle quelles actions concrètes, efficaces et réalistes peuvent réduire notre empreinte carbone au quotidien, chez soi, au travail et sur son territoire. Pour chacun de ces écogestes, vous découvrirez : quel est son impact environnemental ; quel est le niveau d'effort pour sa mise en œuvre ; comment faire ; quels effets il aura sur votre vie ; quelles en sont les retombées financières... En s'appuyant sur des connaissances scientifiques et pratiques, l'auteure livre une mine d'informations et des centaines de conseils qui vous aideront à être un véritable acteur de la transition écologique.



6/ En route vers le Zéro déchet au quotidien de Régine Quéva Editions Larousse 14,90 €

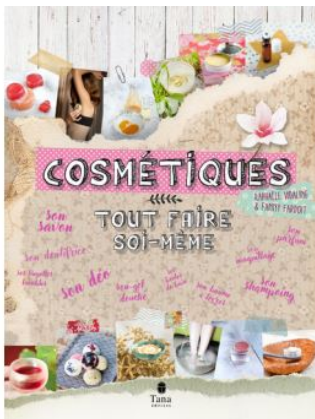
Régine Quéva a mis au point et testé **plus de 60 recettes simples, rapides et efficaces**, classées par **pièces de la maison**, pour moins jeter, mieux recycler et acheter moins.

Découvrez des **astuces** pour **changer vos habitudes de consommation** et **générer moins de déchets** : moins jeter passe aussi et surtout par **faire soi-même** et **mieux acheter**.



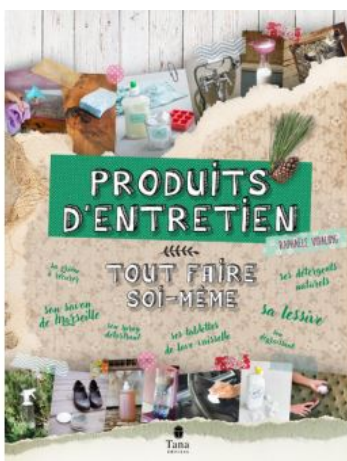
7/ Cosmétiques Tout faire soi-même de Raphaële Vidaling et Fanny Fardoit Editions Tana 9,95 €

40 recettes pour tout faire : du mascara, de l'eye liner, du savon, du shampoing, des eaux parfumées, de la crème hydratante...



8/ Produits d'entretien Tout faire soi-même de Raphaële Vidaling Editions Tana 9,95 €

40 recettes pour tout faire : de la lessive, du savon noir pour récurer vos casseroles du savon, des éponges de récup, produits nettoyants, pastilles pour lave-vaisselle.



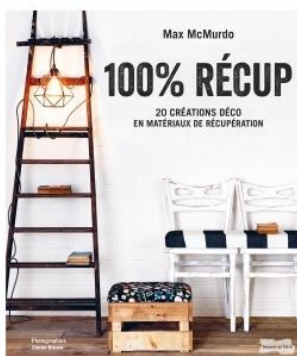
9/ Composer sa pharmacie naturelle maison Collection Je passe à l'acte Actes sud 8 €

Il arrive que l'on soit juste patraque ou que l'on se blesse légèrement. Pas de quoi aller chez le médecin, juste un petit tracassé de santé que l'on aimerait soulager. Il suffit de faire appel aux remèdes secrètement cachés dans la cuisine, sur le bord du chemin ou dans un coin du jardin. À travers des gestes simples, le lecteur pourra apprendre quand et comment les employer en toute sécurité. Ce livre vous fera aussi découvrir une autre approche de la santé, plus naturelle, mais aussi moins passive, plus impliquée, et propice à mobiliser les ressources de guérison qui sont en chacun de nous.



10/ 100% récup de Max Murdo Editions Dessain et Tolra 15,95 €

Plus que de la récup' classique, découvrez 20 projets de déco pour transformer les objets et les matériaux en des pièces de qualité, durables et tendance. Une table de cuisine en planches d'échafaudage, des moules à gâteau en guide de suspension, une étagère de rangement en panier de supermarché, une chaise-brouette... Mobilier, rangements, luminaires, tout est possible.



11/ L'atelier Zéro déchet de Sophie Hélène Mango jeunesse 11,95 €

Un livre d'activités pour les enfants pour créer de jolis objets à partir de matériaux récupérés et devenir un éco-citoyen zéro déchets !



12/ Ma couture récup de Sophie Guedeau Editions l'inédite 19 €

Sophie Guedeau propose 20 projets couture écoresponsables pour donner une seconde vie aux vêtements : sac à dos, étui à lunettes, lingettes démaquillantes, sac à pain... Les techniques et les points de couture seront accompagnés d'explications et de pas-à-pas illustrés.



13/ L'atelier Furoshiki d'Adeline Klam Editions Marabout 12,90 €

Le furoshiki est une technique japonaise traditionnelle de pliage et de nouage du tissu utilisée pour emballer des cadeaux de toute taille, réaliser des sacs... Faites un geste pour la planète ! Fini papiers-cadeaux et autres emballages plastique ! Réalisez des projets simples et pratiques expliqués pas à pas pour emballer bouteilles, livres, boîtes et autres cadeaux... mais aussi pour réaliser des sacs.



14/ Palettes récup Spécial jardin Le blog de Béa Rustica Editions 14,95 €

Jardinière, composteur, mangeoire, bordures, tuteurs, carré potager, nichoir, hôtel à insecte, transat, banc, range-outils, table de rempotage, palissade... Béatrice d'Asciano, passionnée de décoration et de bricolage vous entraîne dans un tourbillon de pas-à-pas astucieux, pratiques et créatifs. Que ce soit pour votre jardin ou votre maison, vous pouvez tout réaliser avec des planches de palettes.

