

FAMILLE ZÉRO DÉCHET – ZE GUIDE

Osez le mode de vie durable qui fait du bien



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, permet de toucher au but en s'épargnant bien des pièges ! Avec humour et autodérision, les auteurs proposent un plan d'action détaillé et 10 défis Zéro Déchet pour se lancer. En s'appuyant sur leur connaissance de l'écologie, ils livrent des centaines de conseils pratiques et d'alternatives simples pour le quotidien : courses, cuisine, nettoyage, mobilier, hygiène, maquillage, vêtements, jardin, bricolage, festivités... Car les déchets sont partout !

Et il y a beaucoup à y gagner : amélioration de son écobilan familial (1 poubelle de 15 L pour 1 mois), moins de toxiques et de sacrées économies. Plus le sentiment exaltant d'être acteur de sa vie, de sa santé, de créer du lien, de toucher à l'essentiel.

« Avec ce livre, les bonnes idées de quelques-uns deviennent la chance de tous. » **Nicolas Hulot**

« Le Zéro Déchet n'est pas une mode, c'est une nécessité, un devoir. Ne perdez plus un instant pour lui donner une chance d'enrichir votre quotidien, de donner un sens à votre passage sur Terre. » **Béa Johnson**



A propos des auteurs

Militant associatif, **Jérémie Pichon** travaille depuis 15 ans pour des ONG environnementales.

Bénédicte Moret alias Bloutouf est illustratrice graphiste pour des associations et institutions environnementales et de développement durable.

Tous deux animent avec humour le blog famillezerodechet.com.



[>> Lire un extrait <<](#)



Contact Presse

Fanny Garcia
04 66 53 53 68
presse@thierrysouccar.com

FAMILLE ZÉRO DÉCHET - ZE GUIDE

Jérémie Pichon et Bénédicte Moret
Préface de Nicolas Hulot

256 pages - format 17 x 23 - 15 €
ISBN : 978-2-36549-187-7