

LE DEVOIR // CAHIER SPÉCIAL  
LES SAMEDI 23 ET DIMANCHE 24 MAI 2020

N° 1

# Le petit D

Salut, toi! Tu as de 0 à 17 ans? L'équipe des publications spéciales du *Devoir* a préparé ce cahier juste pour toi. Tu y trouveras des nouvelles d'ici et d'ailleurs, des histoires de robots, des jeux, des suggestions de livres et de jeux de société, des scènes de pièces de théâtre à jouer avec tes amis, tes parents et tes grands-parents à distance, des trucs pour te faire un superbe jardin ou encore un hôtel à insectes, une foule d'idées d'activités et de bricolage, des invitations à participer à des concours... Avec dix partenaires qui ont tous à cœur la jeunesse et avaient envie de partager leur expertise avec toi, on t'a préparé un super journal, à lire seul ou en famille. Bonne découverte!

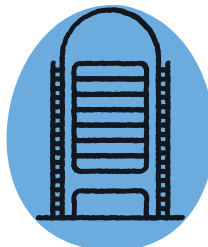
## Partenaires de ce cahier:



## ALIMENTATION

# C'est quoi, les 3NJ ?

Crois-tu que tes choix alimentaires peuvent contribuer à améliorer le monde dans lequel nous vivons ? Découvre l'importance de faire des choix de consommation responsables en matière d'alimentation et familiarise-toi avec le concept des 3NJ !



## N pour «nu» (sans emballage)

Les emballages alimentaires superflus et la surconsommation contribuent à accroître la grande quantité de déchets que nous produisons chaque jour. En choisissant des produits « nus », c'est-à-dire moins emballés, nous mettons les sites d'enfouissement au régime.

### Ce que je peux faire :

Je réduis à la source. J'évite les sacs et la vaisselle jetables. Je réutilise, en choisissant des contenants à usages multiples. Pourquoi ne pas remplir soi-même sa bouteille de jus à partir d'un grand format ?

## N pour «non loin» (près de chez toi)

Les aliments que nous consommons parcourent en moyenne 2400 km avant d'arriver sur notre table. Le pétrole ainsi brûlé pollue l'air et contribue aux changements climatiques.

### Ce que je peux faire :

Je favorise l'achat de produits locaux en cherchant, par exemple, les étiquettes Aliments du Québec, en allant dans les marchés publics, en cultivant mon jardin ou en participant à un projet d'agriculture soutenue par la communauté.

## N pour «naturel» (non transformé)

Certains pesticides, engrais chimiques et additifs alimentaires utilisés pour produire ou transformer nos aliments peuvent avoir des conséquences négatives sur notre santé et sur notre environnement.

### Ce que je peux faire :

Je consulte les étiquettes afin de choisir des aliments qui contiennent moins d'additifs chimiques. J'achète des aliments frais, moins transformés et, autant que possible, certifiés biologiques.

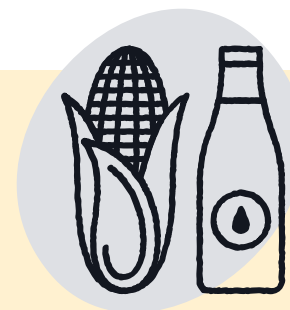
## J pour «juste» (équitable)

Dans plusieurs pays du Sud, l'agriculture d'exportation est encouragée au prix de la sécurité alimentaire des populations locales. Plus de 800 millions de personnes ont faim dans le monde.

### Ce que je peux faire :

J'achète auprès de compagnies respectueuses de l'environnement et des êtres humains. Je favorise les biens issus d'un commerce équitable.

# Une exposition appétissante



ILLUSTRATIONS ISTOCK

Maintenant que tu en sais un peu plus, à tes crayons ou à tes pinces ! L'équipe des Établissements verts Brundtland de la Centrale des syndicats du Québec (EVB-CSQ) t'invite à créer des affiches illustrant divers moyens contribuant à l'amélioration de la santé des êtres humains et de celle de la planète. Pour cette activité, tu peux créer une ou plusieurs affiches illustrant :

- Divers moyens de réduire la quantité de déchets que produit notre alimentation (nu) ;
- L'importance d'opter pour une alimentation saine et équilibrée (naturel) ;
- Les effets que peuvent avoir sur l'environnement les divers modes d'alimentation ainsi que les produits chimiques et autres additifs utilisés dans la chaîne de production alimentaire (naturel) ;
- Les avantages de se procurer des aliments produits à proximité de chez soi (non loin) ;
- Les avantages que procure le commerce équitable pour les conditions de vie des petits producteurs agricoles (juste) ;
- Des dilemmes démontrant l'importance d'être critiques dans nos choix de consommation alimentaire (3NJ) ;
- Le problème de la faim dans le monde et les moyens à mettre en œuvre pour que la nourriture soit disponible pour tous (juste).

## Participe au concours

Tu es invité à envoyer une photo de ta ou de tes créations à [admevb@lacsq.org](mailto:admevb@lacsq.org) d'ici le 15 juin. L'illustratrice ou l'illustrateur de l'affiche sélectionnée aura la chance de participer à une entrevue avec l'équipe EVB-CSQ qui sera diffusée sur les réseaux sociaux et le site Web [evb.lacsq.org](http://evb.lacsq.org). Les affiches reçues seront toutes rendues publiques dans une superbe exposition virtuelle à l'adresse: [evb.lacsq.org/facebook.com/evbcsq](http://evb.lacsq.org/facebook.com/evbcsq)



Centrale des syndicats  
du Québec

