

GUIDE DE L'ÉTUDIANT ÉCORESPONSABLE



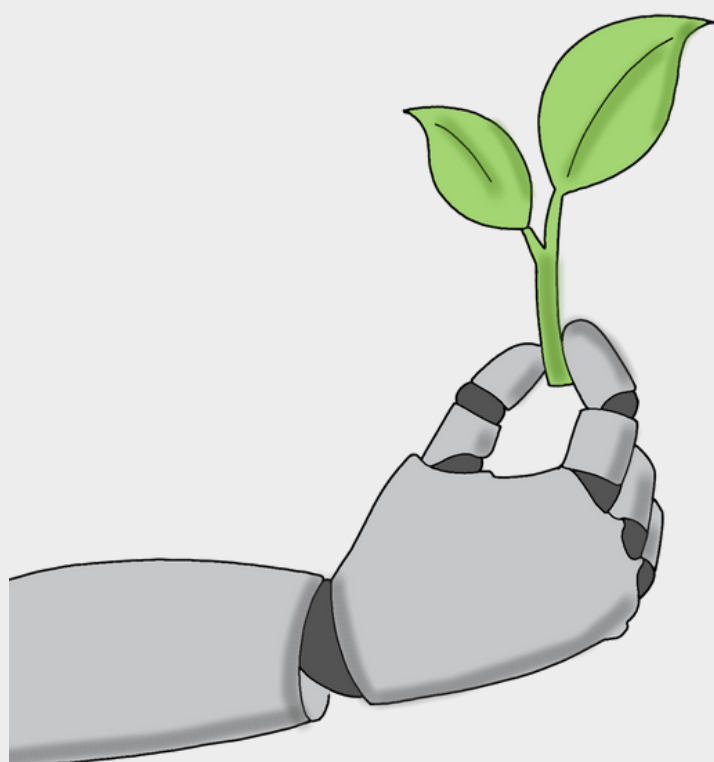
PRÉFACE

Qu'est-ce que le guide écoresponsable ?

Le guide de l'étudiant écoresponsable est un guide en version PDF qui peut être vu comme la "Bible" des étudiants. Il présente les adresses, les "bons plans" permettant aux étudiants de vivre chaque étape de leur quotidien de manière écoresponsable.

En effet, que ce soit pour payer l'école, le logement, les trajets, la nourriture, la vie étudiante n'est pas facile... Mais il est possible de réduire ce coût en optant pour des habitudes écoresponsables !

Ce guide répertorie plusieurs étapes essentielles du quotidien en proposant des solutions écoresponsables. Chaque article du guide a été écrit par une commission ou association de l'école.



SOMMAIRE

 SE NOURRIR..... 3-11

 S'HABILLER..... 12-14

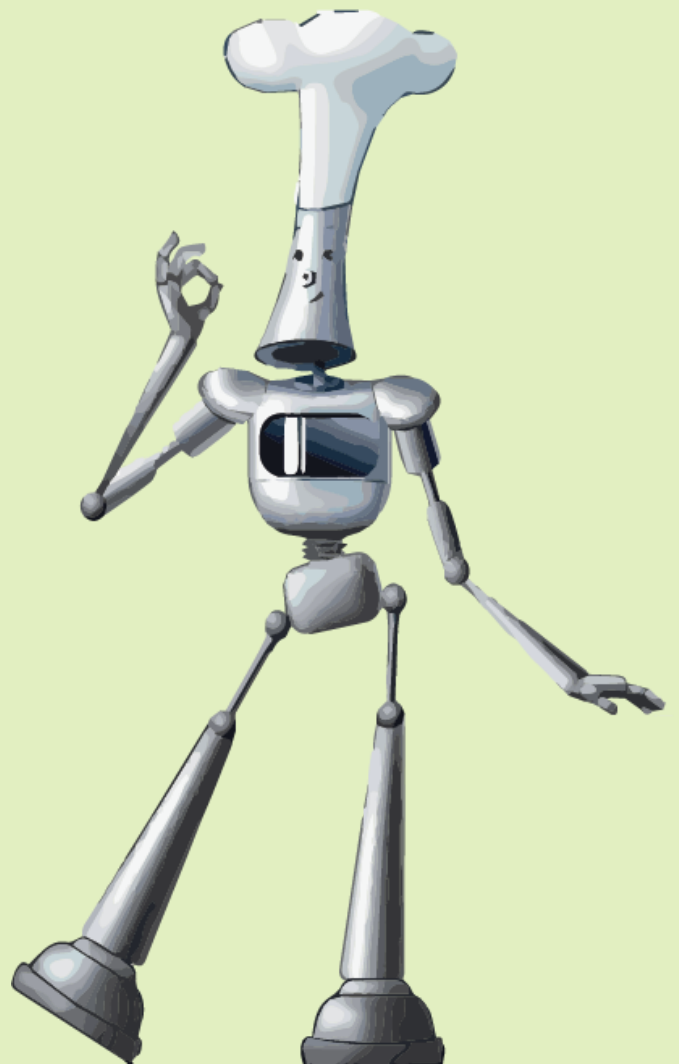
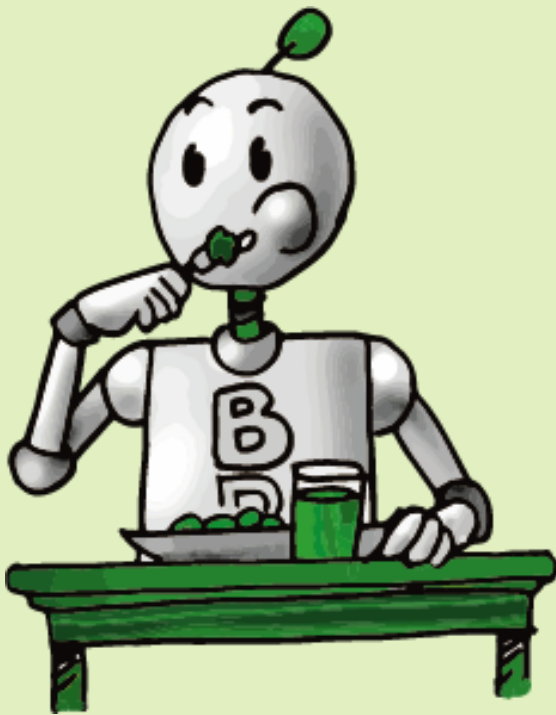
 SE DÉPLACER..... 15-17

 GÉRER SES DÉCHETS..... 18-22

 VOYAGER..... 23-24

 SORTIR..... 25-28

SE NOURRIR



Réduction du gaspillage alimentaire



Au Crous tu peux participer à réduire le gaspillage alimentaire. Pour t'aider des affiches sont présentes tout au long de ton parcours dans le Crous. Ce projet en collaboration entre le Crous et SolidariTerre vise à réduire les 11 tonnes de nourritures jetées chaque année par les étudiants.

L'affiche ci-contre présente ce que tu peux faire en tant qu'étudiant pour réduire le gaspillage alimentaire.

Pense à bien trier tes déchets, ils pourront ainsi mieux être valorisés.



Que faire de ses restes ?

C'est la question qui vous taraude devant le frigo. Jeter des aliments à la poubelle, c'est mal. Et l'art d'accommoder les restes vous permet de recevoir symboliquement une médaille, de briller en société et d'être un chef cuisinier.

Tout bête, tout simple : tarte, pizza, quiche ou clafoutis. Une pâte à tarte maison ou une à dérouler du commerce et ajoutez-y ce qu'il vous plaît ! Pensez à toutes les possibilités du salé et du sucré.

Evidemment, des légumes moches ? Et hop une soupe !

Des fruits moches ? Hop une compote !

Secret de grand-mère : faites cuire une quantité de fruits avec son poids en sucre et vous obtiendrez à 100% de la confiture. Quand la confiture est-elle cuite ? Quand vous déposez une goutte sur une assiette et qu'elle ne bouge pas en inclinant l'assiette.



Astuce zéro déchet : jus des boîtes de conserves de légumes

Ne jetez plus le jus de vos boîtes de conserves, utilisez-le dans des préparations gourmandes !

Monté simplement en neige comme des blancs d'œufs, cet "aquafaba" vous permettra de remplacer ces derniers dans vos recettes. Mousse au chocolat, mayonnaise végétarienne, muffins salés/sucrés, blinis... Laissez libre court à votre imagination !

Ci-dessous, retrouvez une recette de blinis suuuuper moelleux à l'aquafaba. À déguster tels quels, en version salée pour l'apéritif accompagnés d'une petite sauce/tartinade (guacamole, fromage frais...) ou bien encore en version sucrée (avec de la confiture, de la pâte à tartiner, du beurre de cacahuète...)

Recette pour environ 15 blinis à l'aquafaba

INGRÉDIENTS

- o 200 ml de lait ½ écrémé
- o 150 g de farine
- o 20 g de levure chimique
- o 2 g de sel
- o 125 g d'aquafaba (quantité de jus retrouvé dans une conserve de 400g de pois chiches)

PRÉPARATION

1. Dans un saladier, mélanger la farine avec la levure, le sel et le lait.
2. Dans un second récipient, battre l'aquafaba jusqu'à obtenir une texture mousseuse et bien serrée, puis l'incorporer délicatement au mélange précédent.
3. Cuire à la poêle avec de la matière grasse (huile ou beurre)



Le producteur local

N' hésitez pas à aller découvrir LE PRODUCTEUR LOCAL. Cette coopérative propose à la vente des produits venant d'artisans et de producteurs locaux associés. Le magasin, situé en plein centre de Beauvais, à coté de la place Jeanne Hachette, est accessible depuis le campus grâce aux bus électriques de la ligne C2 ! Il vous offre un large choix de produits alimentaires et cosmétiques. LE PRODUCTEUR LOCAL ne fait pas de marge et permet ainsi aux producteurs de récupérer l'intégralité des bénéfices sur ce qu'ils vendent.



Ne pas gaspiller d'énergie en cuisine !

- Couvrir les casseroles
- Adapter les tailles des poêles à la quantité d'aliments que vous voulez cuire
- Sortir les ingrédients du frigo avant de les cuisiner
- Attendre que les plats aient refroidis avant de les ranger au frigo (sans les oublier sur le plan de travail, sinon vous risquez d'être malade. M. Hardy a testé pour vous)
- Ne laissez pas la porte du frigo trop longtemps ouverte
- Pour chauffer l'eau, c'est la bouilloire la plus économique



Date limite de consommation (DLC) et date de durabilité minimale (DDM)

Connaissez-vous la différence entre les 2 ? La DLC est la date au-delà de laquelle un produit devient dangereux pour la santé. Sur les produits concernés, vous pourrez lire « A consommer jusqu'au JJ/MM/AAAA ». Globalement, cette date est présente sur l'ensemble des produits frais : yaourts, fromages et crèmes, viandes, poissons, salades composées, pâtes fraîches... Une fois cette date dépassée, il y a un potentiel risque pour la santé de celui qui consommerait le produit. Cependant, on peut faire preuve de souplesse avec certains produits. En effet, l'agence 60 millions de Consommateurs a mené un test sur des yaourts ayant dépassé d'une, de deux et de trois semaines la date limite de consommation. Dans les 3 cas, les yaourts étaient encore consommables. Ils peuvent cependant être un peu plus acides au goût. Ce constat est valable pour les yaourts naturels, au sucre et aux fruits, mais pas pour les yaourts aux œufs ou les yaourts à base de crème.

La DDM, elle, est la date au-delà de laquelle le produit perd ses qualités gustatives et/ou nutritives. Sur les produits concernés, vous pourrez lire « A consommer avant fin AAAA » ou « A consommer de préférence avant le JJ/MM/AAAA ». Cette date est généralement présente sur l'ensemble des produits secs : pâtes sèches, riz, quinoa, gâteaux, biscottes, produits déshydratés, ... Une fois cette date dépassée, le produit reste consommable et il n'y a pas de risque pour la santé tant que le produit a été conservé selon indications présentes sur l'emballage.



Planifier ses repas et réaliser ses achats en fonction du planning

En amont des courses, l'idéal serait de vous questionner sur ce que vous avez envie de manger cette semaine. A partir de ces envies, il devient plus simple de créer un planning hebdomadaire des repas et d'établir sa liste de courses en fonction de celui-ci. Vous devez vous demander : « Combien de repas vais-je effectuer à la maison ? », « Combien de personnes vont manger chaque repas ? », « Quelle est la quantité nécessaire de chaque ingrédient ? Sera-t-il utilisé dans plusieurs recettes ? ». Il est ensuite judicieux de regarder ce qu'il vous reste dans les placards afin de ne pas avoir en doublon certains ingrédients. De plus, il faudra lister les ingrédients que vous achetez rarement ou les « extras » dont vous avez envie afin de ne pas les oublier. En plus de vous aider à diminuer le gaspillage alimentaire, ces différentes techniques vous permettront de faire des économies en vous évitant d'acheter en trop grande quantité pour finalement jeter les aliments.



Limiter son impact via les transports

Vach'expo est une association qui a pour but de prôner l'élevage sur le campus d'UniLaSalle. Comme beaucoup d'associations, Vach'expo s'intègre dans une démarche de respect de l'environnement et met en place des actions pour répondre aux objectifs du développement durable.

Pour commencer, Vach'expo cherche à promouvoir l'agriculture locale pour limiter les transports des produits mais également une agriculture respectueuse de l'environnement. Ainsi, nous vendons des glaces produites dans une ferme voisine (Les Glaces du Pays de Bray), nous proposons des visites d'entreprises dans des fermes/entreprises agricoles locales et nous travaillons avec les deux fermes de l'école.

Nous cherchons à limiter nos transports dans toutes les activités que nous proposons. Nous les réalisons donc soit sur la ferme de l'école (Handi'ferme, préparation des Holstein aux concours) ou bien nous covoiturons pour nous rendre dans les entreprises et fermes alentours. C'est le cas par exemple pour le pôle TIEA qui se rend à Maurepas toutes les semaines. Nous essayons aussi de partager les camions d'animaux avec d'autres fermes lorsque nous sommes amenés à transporter des animaux (Salon de L'agriculture, 100 ans de la Holstein...).



Consommer local, bio et de saison avec un petit budget



La Com' Marché a pour objectif de favoriser la consommation de produits locaux et à petits prix au sein du campus. Encourager une consommation locavore est notre ambition !

La Com'Marché réalise des actions régulières : organisation de ventes de pain et viennoiseries un jour par semaine, distribution de paniers de fruits et légumes toutes les 2 semaines et organisation d'un marché locavore au campus.

Tous les produits que nous proposons sont issus de circuits courts : le pain vient d'une boulangerie de Beauvais et les fruits et légumes de saison viennent d'un producteur bio situé à 30 minutes de Beauvais.

Ainsi nous rendons accessible à tous une alimentation durable et donnons à chacun la possibilité de se faire plaisir sans même bouger du campus !!



Que faire des épluchures ?

- Avec les épluchures de pommes → Des chips ! un peu de sucre et de la cannelle, 150°C 40'.
- Epluchures d'agrumes → Les faire sécher pour parfumer le linge !
- Epluchures de poires → Laisser infuser dans de l'eau bouillante pour faire une tisane.
- Avec de la peau de banane → Mixer avec si besoin un œuf et ajouter à l'appareil d'un gâteau.
- Graines de courge (potiron etc.) → Griller au four pour l'apéro !
- Fanes de carottes, de radis → Soupe, pesto (avec huile + oléagineux), houmous (mixer avec pois chiche et citron)



Des produits locaux lors des journées techniques

L'association UniTechDays organise 2 journées techniques agricoles par an qui réunissent étudiants, agriculteurs et professionnels du monde agricole. Ces journées sont rythmées par des activités telles que : conférences, démonstrations dynamiques, tables rondes, essais agronomiques. Lors de ces journées, un déjeuner est proposé. Ce dernier est cuisiné par notre équipe et se veut d'année en année plus en accord avec le développement durable, voici comment :

Les ingrédients que nous utilisons pour nos repas proviennent exclusivement de producteurs locaux. Cette action permet de valoriser les produits des agriculteurs du Beauvaisis et de favoriser les circuits courts. Par exemple, la viande vient seulement de la ferme de Maurepas, le pain provient d'une boulangerie se fournissant exclusivement de farine issue d'agriculteurs du Beauvaisis et nos glaces sont produites dans une exploitation laitière située à 20 km du campus. De même, nos bières sont achetées à une brasserie locale. Ces repas sont servis dans des contenants réutilisables ou recyclables, permettant de minimiser les déchets non-recyclables. Ce repas a un coût plus élevé qu'un repas non-local, cependant la qualité de celui-ci contrebalance cette augmentation de coût.

Favoriser les repas locaux et les circuits courts plus favorables aux agriculteurs n'est pas impossible, alors si nous y arrivons, pourquoi pas vous ?

Nous vous invitons à venir nous rencontrer lors de nos événements au cours de l'année ou lors de nos journées techniques qui auront lieu le 14 Mars et 16 Mai prochain.



Les applications anti-gaspi et les frigos solidaires

Les applications comme Too Good To Go permettent de récupérer les invendus de certaines chaînes de restauration, boulangeries et magasins. Cela permet ainsi de se nourrir à moindre coût et d'éviter le gaspillage au sein des chaînes de distribution. Les frigos solidaires installés dans certaines villes, eux, permettent le dépôt de certains produits frais qui ne vont pas être consommés par une personne mais peut-être par une autre.



Participe ou organise une Disco Soupe

C'est un moment de partage et de convivialité autour d'une soupe réalisée à partir de légumes rebuts ou invendus, dans une ambiance musicale et festive. Nous organisons plusieurs Disco Soupes dans l'année, parfois pendant le rock du jeudi soir. Pour avoir les dates et infos suis-nous sur Instagram ! (unilasalle.solidariterre).



Pour réaliser une Disco Soupe, rien de plus simple : on récupère les fruits et légumes que les producteurs vont jeter, on les cuisine en soupe, smoothie, salade etc et on le distribue gratuitement. Les mercredis et samedis à partir de 12h30 sur la place de la Mairie, tu peux demander aux producteurs s'ils ont des invendus, ils sont souvent ravis d'éviter le gaspillage.

Les produits récupérés ont souvent une petite tâche, une forme un peu biscornue ou une couleur un peu différente mais leur goût et qualité nutritionnelle restent les mêmes.



Faire des recettes anti-gaspi

Afin d'éviter la perte de certains aliments, il existe des recettes « anti-gaspi » faciles à réaliser. Par exemple, un pain devenu sec peut facilement être mangé en pain perdu, en toast, ou dans un gâteau (cf. recette du gâteau au pain rassis et chocolat sur @alibabaa_unilasalle).

Pour les fruits et légumes un peu abîmés, les fanes et les épluchures, il est tout à fait possible de réaliser des smoothies ou des soupes et continuer à faire le plein de nutriments et de vitamines en été comme en hiver.



Le Cube Rouge

Uniraid met également à votre disposition une option responsable de repas le midi : le Cube Rouge ! En effet, en plus de manger des sandwichs préparés par un boulanger local, la formule sandwich Uniraid vous permet de faire une bonne action, car 10% des bénéfices générés par le Cube Rouge nous servent à financer nos projets de solidarité internationale ! Et désormais, votre Com/Asso peut proposer un partenariat pour servir le Sandwich du Mois et récolter des fonds ! Alors n'attendez plus et venez déguster l'un de ces délicieux sandwichs !



S' HABILLER



Emmaüs & seconde main

Emmaüs donne une seconde vie aux vêtements, mais également à pleins d'autres objets du quotidien. Alors que ce soit pour trouver une tenue de chouille, un habit de tous les jours ou un appareil à croque à 5 euros tu trouveras ton bonheur dans les différents centres Emmaüs. Ainsi tu réalises un achat solidaire et responsable qui fera du bien à ton porte-monnaie.

SolidariTerre réalise des collectes durant l'année, n'hésites donc pas à donner ce dont tu n'as plus besoin. Tu peux également donner des vêtements ou objets que tu n'utilises plus, directement à un centre près de chez toi (toutes les infos dont tu à besoin pour cela sont sur le site Emmaüs).

D'autres sortes de secondes mains existent tel que Vinted ou le bon coin, cela te coûtera moins cher et limitera ton empreinte carbone.



S'habiller de manière responsable sur le campus



Comment s'habiller de manière responsable sur le campus ? Rien de plus simple, La Boutique vous propose un ensemble de vêtements unisexes qui s'adapte à toutes les personnes. Notre large gamme de produits se renouvelle tous les ans afin de vous proposer des produits uniques. La nouvelle collection de la Boutique sortie en mai 2023, vous certifie des produits responsables et durables. Elle répond à des thématiques au cœur de l'actualité. La boutique vous propose un sweat à capuche, un t-shirt, un pull camionneur et un bob.

Nous proposons des ventes tous les jeudis après-midi dans le local situé dans le hall marchand. Et pour ne rien louper de nos ventes, nos bonnes affaires et nos sorties ; il vous suffit de nous suivre sur les réseaux sociaux.



Louez une tenue le temps d'une soirée grâce à la boutique du gala !

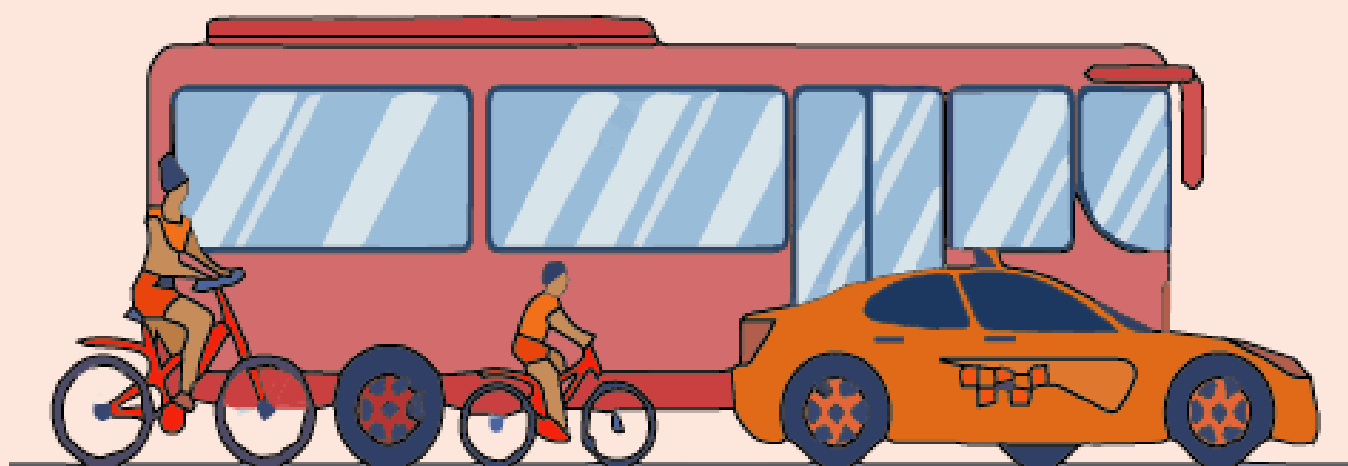
La Nuit de l'institut est une association fard de l'école. Depuis 73 ans, elle organise chaque année un gala à but solidaire. Aujourd'hui l'association se doit d'évoluer et de mettre en avant des projets écologiques et durables. C'est pourquoi, depuis maintenant 3 ans, elle met en place un système de location de vêtements de soirée.

C'est le pôle boutique qui est en charge de ce projet durable qui consiste à proposer aux étudiants de l'école le prêt de leurs vêtements le temps d'une soirée, afin que l'association puisse les louer. Cela permet d'éviter le surplus d'achats, en particulier pour des robes que l'on met simplement le temps d'une soirée !

Pour le gala de cette année, n'hésite pas à prêter des vêtements le temps d'une soirée ! Et à aller jeter un coup d'œil pour louer des vêtements ou accessoires qui peuvent te plaire !



SE DÉPLACER



Covoiture avec Klaxit !



Courses entre potes ? Vacances entre Lasalliens ? Pour vos voyages entre compères, n'hésitez pas à utiliser Klaxit, notre partenaire covoiturage. Cette application permet de rentabiliser vos trajets à plusieurs dans l'Oise en récompensant votre conducteur (ou votre Sam 😊) pour chaque course effectuée, et tout ça sans dépenser un sou de votre poche ! En effet les conducteurs sont remboursés par l'application et peuvent profiter de leur récompense après leurs premières courses !



Une application de covoiturage propre aux LaSalliens

Vous n'avez pas de voiture ou pas de permis de conduire ? Ne t'en fais pas les groupes de covoiturages Facebook LaSalle sont là pour t'épauler ! Sois un peu patient et bientôt l'application « Covoitur'AGE » remplacera ces groupes parfois un peu flous.

Pourquoi développer une nouvelle application ? Le LaSallien aime être entre LaSalliens. Vous trouverez forcément des sujets de discussion tels que « la queue interminable du CROUS », « les rattrapages » ou même « tu penses que les Geols lèchent vraiment des cailloux ? ».

Plus sérieusement ; « En 2018, le covoiturage a permis d'économiser 1,6 million de tonnes de CO2 – soit l'équivalent des émissions générées par les transports à Paris en 1 an ! » Blablacar.

Ça claque nan ? Avec quelques efforts notre attitude a de l'impact. Notre objectif est d'encourager la pratique du covoiturage. Remplir les voitures pour vider les routes et villes. Et si vous ne le faites pas pour la planète, faites-le pour votre porte-monnaie. 2€/L ça pique. N'oubliez pas d'activer Klaxit. Et petit tips pour finir : quand vous descendez sur Paris par l'A16, renseignez la ville « Chambly » en arrivant. Même pas besoin de quitter l'autoroute pour obtenir les sous du conseil départemental.



Se déplacer pour pas cher

La COM'BIKE est une association d'UniLaSalle qui propose de la location de vélo à 1€ par jour, ainsi que des activités de tous types, telles que des courses de vélo. Elle propose également, durant l'année, des balades à vélo afin de découvrir la ville de Beauvais et ses alentours.

Le but de la COM'BIKE est de promouvoir la mobilité des étudiants qui n'ont pas de véhicule ou de permis de conduire.

Comment louer un vélo ? S'abonner à notre compte Instagram : Com bike UniLaSalle, et nous envoyer un message avec la durée et le jour du début de la location, et c'est tout !!

L'intérêt de se déplacer à vélo est de rouler sans polluer et aussi vite qu'une voiture dans le centre-ville de Beauvais. En effet, beaucoup d'étudiants utilisent leur voiture pour se rendre au cœur de Beauvais et faire leurs courses, aller au restaurant, ou encore faire les magasins. Mais cela leur demande beaucoup de temps et d'argent car l'essence est chère et les parkings sont bondés et payants. En revanche, à vélo : pas d'essence et parkings gratuits ! De plus la ville de Beauvais est dotée de nombreuses pistes cyclables, donc pas de panique !!



COM BIKE

GÉRER SES DÉCHETS



Des Bouchons, de la Bonne Humeur et un Fauteuil pour Théophile : Les Ovalies en Action !

Si tu pensais que les études étaient la seule affaire sur le campus, détrompe-toi ! Grâce aux Ovalies tu peux aider un jeune garçon en situation de handicap.

En déposant des bouchons de bouteilles tu peux soutenir "Bouchon d'Amour", une association située à 30 minutes du campus pour réaliser un projet qui va bien au-delà du recyclage de bouchons de bouteille. L'objectif ? Récolter des fonds pour financer un fauteuil adapté pour Théophile, un jeune garçon de la région dont la vie a basculé à la suite d'un accident.

L'association "Bouchon d'Amour", qui porte un nom tout aussi évocateur que bienveillant, a pour mission de collecter des bouchons en plastique pour les revendre et réinvestir les fonds dans des projets humanitaires. En s'associant avec les Ovalies, cette démarche gagne une dimension encore plus proche et concrète : celle d'aider Théophile à retrouver une partie de sa mobilité.

Alors, ne laisse pas cette opportunité passer, attrape ton bouchon et amène le dans le bac sous l'escalier menant au hall des oiseaux. En faisant ça tu participes à cette belle aventure éco-responsable et solidaire sur le campus !



Semaine Etudiante de la Réduction des Déchets



Cette semaine a lieu du 20 au 26 novembre 2023, à cette occasion SolidariTerre propose des événements et activités mais aussi pleins d'infos et astuces pour réduire notre production de déchets. Nous publierons le programme de la semaine par mail et sur Instagram (n'hésites pas à nous suivre : [unilasalle.solidariterre](https://www.unilasalle.solidariterre.fr)).

Au programme : disco soupe, cleanwalk, Crous et des astuces en pagailles sur nos réseaux !!!



Le Relais disponible sur le campus !

Afin de jeter vos vêtements de manière responsable, un conteneur "Le Relais" est disponible sur le campus.

Le Relais, c'est une entreprise qui collecte et valorise les textiles dont vous ne voulez plus ! Grâce au conteneur installé sous le préau en face de la Plaine 📍 vous pouvez déposer les vêtements que vous souhaitez jeter et Le Relais se charge de les recycler ♻️ !

Il s'agit de déposer le jean troué que vous ne voulez plus mettre ou encore des vêtements trop petits ou abîmés.

97 % des dons sont recyclés pour devenir des matières premières par exemple de l'isolant, ou encore être transformés en chiffon. S'ils sont encore en assez bon état, les textiles seront revendus en friperie. Les bénéfices générés par l'entreprise servent notamment à employer des personnes en situation d'exclusion qui sont en difficulté. Cela leur permet de retrouver une autonomie financière.



Le don de textile se fait selon des mesures très simples !

- Il faut donner vos vêtements en sacs bien fermés (30L max) de cette manière, vos textiles ne sont pas salis.
- Vous pouvez donner des vêtements propres et secs mais pas souillés (mouillés, avec de la peinture, de l'huile, etc.) 🎨
- Attachez vos chaussures par paire. 👟
- Et enfin si le conteneur est plein, attendez la semaine d'après pour éviter qu'il ne déborde. 🙏

N'hésitez donc plus si vous avez des vêtements abîmés ou autre, tant qu'ils ne sont pas sales, vous pouvez les donner ! On compte sur vous !

Semaine Etudiante de l'Ecologie et de la Solidarité (SEES)

La SEES, évènement proposé à l'échelle national par le RESES, est la deuxième semaine d'évènement de SolidariTerre et celle-ci se tiendra du 25 au 31 mars 2024. Cette semaine est l'occasion de faire preuve de créativité et d'originalité pour l'association puisque le thème assez général laisse la liberté de faire plein de belles choses. Afterwork, ateliers créatifs, clean walk, prévention du gaspillage alimentaire, communication sur les réseaux sociaux... nombreuses sont les possibilités. Mais l'évènement phare à ne pas manquer cette année sera la deuxième édition de la Roller Party, durant laquelle vous pourrez patiner avec vos amis avec de la musique et de la bonne nourriture. Cette activité vise à promouvoir l'activité physique et le bien-être (ODD 3). En effet cette semaine est aussi l'occasion de découvrir les ODD (Objectifs de Développement Durable) de façons ludiques.




Un téléphone ou un ordinateur en panne ?



Portez-le à *Save* magasin de réparation à côté du restaurant *La Grande Maison*, près de la place Jeanne Hachette en centre-ville.

 1 rue Carnot, 60000 Beauvais

 03 60 17 49 46



Compostage sur le campus

SolidariTerre s'occupe de mettre en place, entretenir et promouvoir le compostage sur le campus. En tant qu'étudiant, il te suffit d'y déposer tes déchets triés comme tu le fais avec les autres poubelles. Pour plus d'informations, n'hésite pas à consulter la présentation disponible en scannant le QR code ci-dessous.



Tu y trouveras le détail de ce qui va et ne va pas dans un compost, l'emplacement du composteur le plus proche, comment cela fonctionne et d'autres informations pour les personnes les plus intéressées.

En partenariat avec l'AGE, des panneaux explicatifs ont été installés sur le campus ainsi que des bio-seaux avec une affiche explicative dans chaque tisanerie. Tu trouveras des composts un peu partout sur le campus, proches des résidences, pour y déposer tes biodéchets.

Les 3 points à retenir :

- Ce qui va au compost : fruits, légumes, épluchures, agrumes, coquilles d'œuf, oléagineux (noix) ;
- Ce qui n'y va pas : viande, poisson, plastique et sachets carton (même ceux écrits "biodégradable"), matières grasses (cela évitera les odeurs et la visite de petites souris) ;
- Tout mettre en petits morceaux, c'est ce qui permet une bonne décomposition et évite toutes odeurs ;

En compostant, tu réduis de 30% ta production de déchets, tu diminues les émissions de gaz à effet de serre dues à la collecte et au traitement de ces déchets et tu permets leur valorisation sur place pour embellir notre campus.

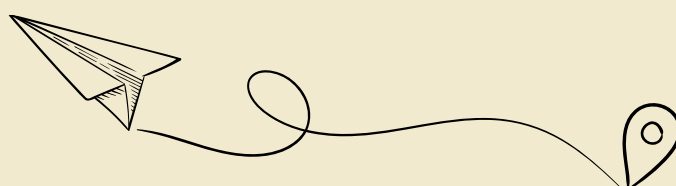


VOYAGER



Un voyage durable et solidaire

Uniraid permet aux étudiants d'UniLaSalle de partir en voyage humanitaire l'été. Dans de nombreux pays en voie de développement, l'écologie est une question qui n'est pas traitée avec l'importance qui lui est due, et les conséquences de la pollution y sont largement sous-estimées. Le voyage humanitaire d'Uniraid permet aux étudiants qui partent de s'en rendre compte et ainsi d'ouvrir leur regard sur la question du Développement Durable dans le monde, puis d'en témoigner auprès de tous les étudiants lors du retour d'expérience. De plus, de la sensibilisation aux questions du Développement Durable est réalisée sur place, en particulier auprès des enfants, car Uniraid est avant tout tourné vers la protection de l'enfance et l'éducation. Cet été nous avons ainsi pu, entre autres, sensibiliser des enfants à ces questions lors de notre voyage à Madagascar.



SORTIR



La Baraka jeux

Envie d'une petite soirée jeux entre amis ? Une aprem chill avec un jeu de plateau ? Les jeux de société peuvent vite coûter cher, alors laissez-vous tenter par une sortie au Baraka !

Le Baraka est le bar à jeux de Beauvais. Il y en a pour tous les goûts : à boire (du chaud, du froid, de l'alcoolisé, du sans alcool) mais aussi à manger (planches, arancinis délicieux, mais aussi viennoiseries ou desserts). Et bien évidemment, ce qui fait sa spécificité, ce sont les plus de 300 jeux de société. Pauline ou Rémi (les gérants) se font un plaisir de conseiller et expliquer les règles. Enfin, de nombreux événements sont organisés tout au long de l'année (ateliers instructifs, soirées karaoké et même des conf Pint science avec certains de tes profs...).

Situé juste à côté de la résidence en centre-ville, au 6 rue Ricard !
Avec un nom pareil, ça ne peut être que bonne ambiance.



Le foyer, coeur d'une communauté responsable

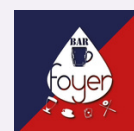
Bienvenue au foyer,
Où danser et trinquer
Sont pour nous un métier.
Ici : convivialité, amitié, respect
Sur le même pied d'égalité.

Au foyer on est DD
Avec tout sur le campus,
Besoin ni voiture, ni bus.
Qui dit pas de transports :
Dit moins de CO2 en apport.

Un bar ouvert tous les jours
Sous le son des tambours ;
Où tu iras déguster
Tes encas, thé et cafés
Pour assumer ta journée

Bon LaSalliens tu viendras,
En chouille tu t'amuseras,
En Afterwork tu discuteras,
Les locaux tu respecteras,
Et tes consignes tu ramèneras.

Ici cartes et fléchettes
Rendront tes journées chouettes,
Jeux et animations
Pendant l'année t'occuperont.
Bisous sur ton front !



Participe ou organise un évènement labellisé Ecofest

Au campus retrouve des évènements tels que le Gala, les Ovalies ou encore le Green Festival. Le label Ecofest leur a été délivré pour leur démarche écoresponsable. Ce label se base sur 7 critères : alimentation, déchets, transport, social, lieu, communication et sensibilisation. Il a été créé par une association étudiante "Impact" à Grenoble et s'inspire de l'ADEME. Si tu souhaites labelliser ton évènement contacte l'association SolidariTerre, plusieurs membres sont formés pour être auditeurs Ecofest et pourront t'orienter dans ta démarche. Une formation, des guides et un suivi personnalisé sont proposés pour t'aider à rendre plus écoresponsable ton évènement. Tu peux aussi devenir auditeur et accompagner ces évènements qui doivent renouveler leur démarche chaque année.



Sorties sportives

De nombreuses sorties sportives à petit prix sont disponibles sur le campus et ses alentours. Dans un premier temps, le campus comporte de nombreuses infrastructures sportives accessibles à tous telles qu'un gymnase, une salle de squash et pour les adeptes du sport en plein air un terrain de rugby et 2 terrains de tennis. De plus, une forêt ainsi qu'un grand lac (plan d'eau du Canada) sont à notre disposition pour se balader ou courir. En plus de toutes ces infrastructures, l'école propose un partenariat avec l'Aquaspace de Beauvais (sports aquatiques) : prix réduits (avec la carte) les jours de semaine après 16h30, et cours gratuits le jeudi après-midi de 16h30 à 17h30.

Afin de partager vos passions et sports avec d'autres étudiants, des créneaux sportifs hebdomadaires et gratuits ou accessibles (moins de 50€/an) vous sont proposés, on y retrouve : rugby, foot, tennis, volley, escrime, boxe, badminton, course à pied, zumba, tennis de table, futsal, self défense, escalade, judo et pompom. Certaines commissions proposent des sorties, des évènements ou du coaching à prix réduits de temps à autre comme de la randonnée, du vélo, de la moto, du ski, du roller, du karting ou encore de la musculation.

Le planning sportif est disponible sur le compte Instagram du Bureau Des Sports d'UniLaSalle Beauvais. Pour plus de renseignement, ne pas hésiter à nous contacter, nous restons à votre disposition.



Sorties utiles et solidaires

Si aider les autres te tient à cœur et que tu souhaites t'engager pour une société et un campus plus solidaire et durable, plusieurs moyens s'ouvrent à toi :

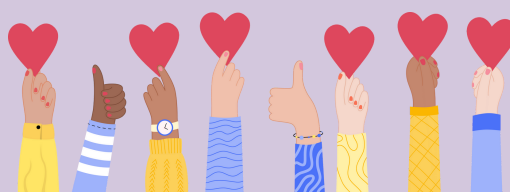
Tu peux t'engager dans une association ou être bénévole pour l'aider sur certaines de ses actions. Par exemple tu peux aider les Restos du Cœur lors des collectes alimentaires. Une autre association bien connue est le Téléthon qui récolte des dons pour financer la recherche sur les maladies génétiques neuromusculaires. Si tu aimes créer du lien et partager de bons moments, tu peux également réaliser des visites en EHPAD ou en hôpitaux.

D'autre part, tu peux choisir de promouvoir l'éducation autour des enjeux actuels d'écoresponsabilité en animant des fresques du climat et/ou des ateliers 2 tonnes.

La fresque du climat est un atelier collaboratif et créatif d'une durée de 3h dont l'objectif est de sensibiliser au changement climatique. Tu peux te former directement auprès de l'association la Fresque Du Climat. Si cela t'intéresse tu peux également réaliser des fresques dans les lycées et collèges de Beauvais avec SolidariTerre.

L'atelier 2 tonnes est un atelier immersif de seulement 3h pour connaître et choisir différentes actions individuelles et collectives pour agir ensemble pour le climat. Cet atelier se base sur l'objectif fixé par l'Accord de Paris de réduire nos émissions de gaz à effet de serre pour atteindre les 2 tonnes équivalent CO2 par an et par habitant d'ici 2050. Si tu souhaites réduire ton empreinte carbone, cet atelier t'aidera à choisir les actions les plus efficaces pour toi. SolidariTerre organise plusieurs ateliers par ans, n'hésite pas à t'inscrire.

Si ces actions te plaisent n'hésite pas une seconde et rejoins l'équipe des membres actifs. Cela te permettra de valider tes 14h d'ESS avec 3 actions de ton choix sur l'année.



FIN

