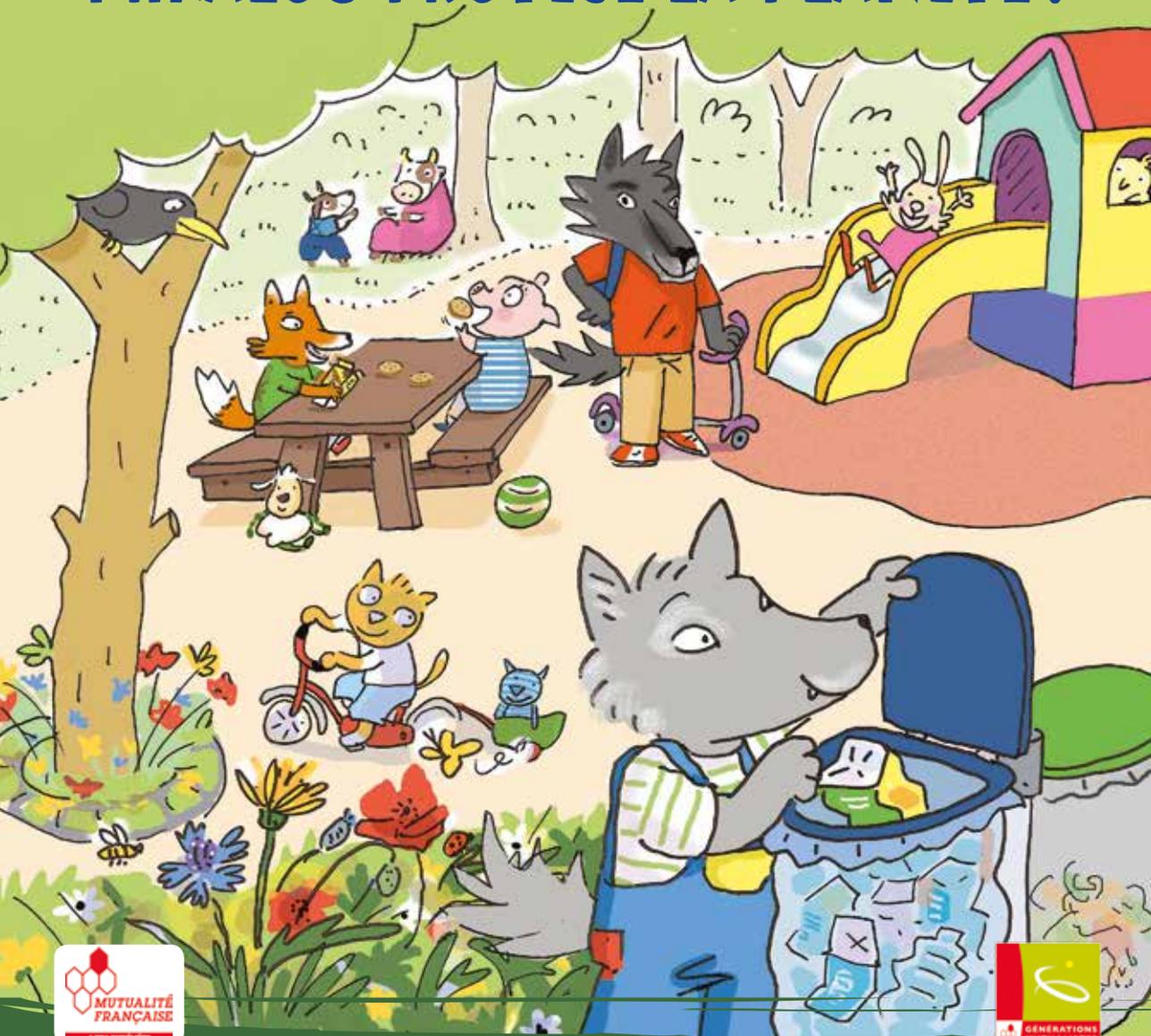


# MIKALOU PROTÈGE LA PLANÈTE !





«Coucou Mikalou... Il est l'heure de se préparer pour l'école!»  
Aussitôt, Mikalou se cache tout au fond de son dodo.

Il n'est pas du tout pressé de se lever.

Au lieu d'allumer la lampe de chevet, maman ouvre grand les volets pour laisser le soleil entrer. Elle laisse même la fenêtre ouverte afin d'aérer un peu. Du coup Mikalou sort la tête de la couette pour sentir l'air frais lui caresser le bout du nez...

Mais zou! Il est temps pour Mikalou de se mettre debout.  
La maison n'est pas trop chauffée. Mikalou est ravi d'enfiler sa robe de chambre préférée! Et hop, ses chaussons aux pieds, il file à la cuisine dévorer ses tartines.  
Miam, miam... Maman a ouvert un pot de confiture de fraises...  
«Ce sont les fraises qu'on a cueillies dans le jardin, dit maman, tu t'en souviens?» Oh, oui, Mikalou s'en souvient bien!  
Il adore cueillir les fruits du jardin, il en profite pour en manger tout plein. Et une confiture maison, que c'est bon!



Papa lui épluche une orange puis lui prépare un lait chocolaté.

«Tiens, la brique de lait est terminée!» dit-il en laissant tomber une dernière goutte dans le bol de Mikalou.

«Je vais tout jeter!» dit Mikalou en prenant les épluchures et la brique de lait.

Dans le jardin, Mikalou hésite un peu, puis il se rappelle... La brique de lait va dans la poubelle destinée aux emballages et les épluchures de fruits dans le composteur.





Maintenant, c'est l'heure de la toilette. Mikalou file à la salle de bains. Il ferme bien le robinet avant de se frotter les mains. Il sait qu'il ne faut pas laisser couler l'eau pour rien. Hmm, ça sent bon le savon... Pour se laver les dents, Mikalou utilise son joli gobelet rouge et blanc. Le voilà tout propre maintenant...



Le voilà tout propre mais, oups, Mikalou est encore en pyjama!

« On ne va pas à l'école en pyjama! » rigole papa.

Vite, vite, maman l'aide à s'habiller. Elle prépare ensuite son goûter.  
Mikalou glisse son gobelet et sa gourde d'eau dans son petit sac à dos...

Ouf, tout est prêt, Mikalou ne sera pas en retard!

Il a même le temps de faire un gros bisou à sa petite sœur :

« Au revoir, Kamilia, à plus tard! »

Papa l'aide à enfiler un brassard pour qu'on le voie bien sur le trottoir.  
Puis tous deux vont attendre à l'arrêt du pédibus.  
Les copains de Mikalou ne vont pas tarder à arriver. Que c'est rigolo  
d'aller tous ensemble à l'école à pied. En plus,  
pour le plus grand bonheur de Mikalou, aujourd'hui c'est au tour  
de Papa Loup de faire partie des accompagnateurs!

FIN



## C'est quoi la pollution?

La pollution, c'est tout ce qui abîme notre planète, tout ce qui salit la terre, souille l'eau ou pollue l'air. Or pour être en bonne santé, les animaux, les plantes et les hommes ont besoin d'une nature saine: un bon air, une eau limpide, une terre propre...



## Comment la terre se salit-elle?

Quand on jette un papier par terre, par exemple.



## Il faut le mettre dans la poubelle!

Oui, mais pas n'importe laquelle. Il faut bien trier ses déchets, mettre les bouteilles en verre dans la poubelle destinée au verre ou une brique de jus de fruits dans celle qui récupère les emballages, etc.



## Maman Loup dit qu'il y a trop d'emballages quand elle fait les courses!

C'est vrai, d'où l'importance d'éviter les biscuits emballés dans des petits sachets par exemple ou l'eau en bouteille!

## Parfois les poubelles débordent!

Et oui, comme on a beaucoup de déchets, il faut faire attention à n'acheter que ce dont on a vraiment besoin.



## Moi, je suis trop petit pour sauver la planète!

Tu ne peux pas sauver la planète tout seul, mais tu peux en sauver un petit bout!



## J'ai beaucoup de jouets qui ont besoin de piles. C'est grave?

L'idéal ce sont les jouets qui n'en ont pas besoin. Mais sinon il vaut mieux acheter des jouets qui acceptent les piles rechargeables.

## Comment?

En évitant de laisser couler l'eau du robinet, en éteignant la lumière quand tu quittes une pièce, en prenant une douche plutôt qu'un bain... Tu peux aussi circuler le plus souvent possible à pied, à vélo ou à trottinette!

## Mon doudou-mouton n'a pas de piles!

Il est peut-être même fait en tissu recyclé... Et s'il porte la marque Ecolabel, c'est un doudou respectueux de l'environnement. La marque Ecolabel est un gage de qualité pour la plupart des objets qui nous entourent (ameublement, vêtements, papeterie, etc.).



## Pas les jours de pluie quand même?

S'il pleut, ou que l'école est trop loin, demande à tes parents d'organiser un covoiturage avec d'autres parents. En se relayant chacun à leur tour pour conduire plusieurs enfants à la fois, ils utilisent moins d'essence.



## LES 7 BONS GESTES DE MIKALOU POUR PROTÉGER LA PLANÈTE



- 1** J'éteins les lumières en quittant une pièce.
- 2** Je mets un tricot plutôt que chauffer trop.
- 3** Je ne laisse pas couler l'eau pour rien (en me lavant les dents ou les mains).
- 4** Je bois de l'eau du robinet plutôt qu'en bouteille.
- 5** Je mange des fruits et des légumes cultivés près de chez moi.
- 6** Je trie mes déchets et je les mets dans les poubelles adaptées pour permettre leur recyclage.
- 7** Je circule le plus possible à pied, à vélo ou à trottinette.

### Des idées clés pour ma santé!

**Les repas :** évitez de réchauffer un contenant en plastique.

**Les vêtements :** après achat, lavez les vêtements avant de les porter.

**Les cosmétiques :** le bain quotidien n'est pas une nécessité (2 à 3 fois par semaine suffisent). Préférez les produits en « pain » (savon/savonnette).

**Les jouets :** lavez ou aérez les jouets avant usage.

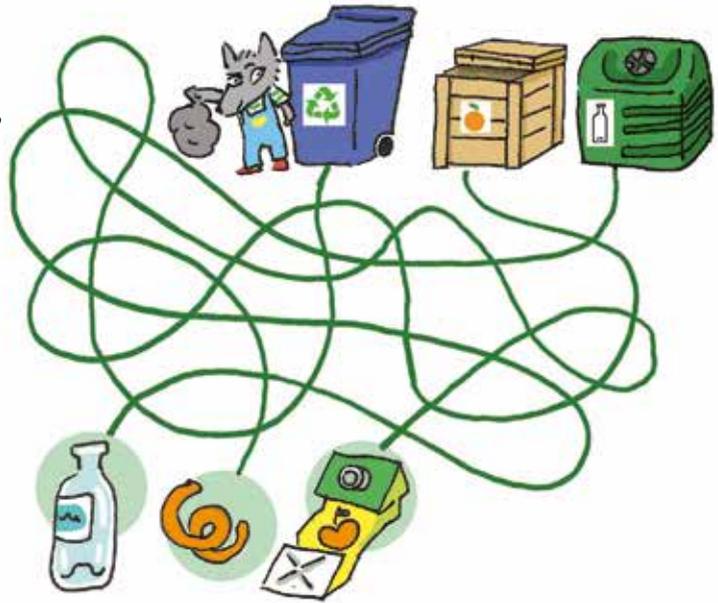
**La maison :** aérez quotidiennement chaque pièce, notamment les chambres d'enfants. Ne fumez pas à l'intérieur. Faites régulièrement vérifier vos appareils de chauffage pour limiter le risque d'intoxication au monoxyde de carbone. Préférez les produits d'origine naturelle (vinaigre blanc, savon noir et bicarbonate de soude...) aux produits ménagers toxiques.

**Le jardin :** bannissez les pesticides du jardin. Le vinaigre blanc est un désherbant efficace, le savon noir (mélangé à de l'eau et du bicarbonate) protège des pucerons.



## QUELLE POUBELLE POUR QUEL EMBALLAGE ?

À l'aide de crayons de couleur, trace le chemin de chaque déchet pour le conduire jusqu'à la poubelle adaptée. Pour ne pas te tromper, observe bien les indications sur chaque poubelle.



## TROUVE L'INTRUS

Dans la poubelle bleue, deux intrus se sont glissés parmi les emballages...  
Cherche-les!



Solution du jeu n° 1 : la brique de jus de fruits va dans la poubelle bleue, l'épluchure va dans le composteur en bois et la bouteille en verre va dans le récup'verre. Solution du jeu n° 2 : les intrus sont la bouteille en verre et l'épluchure.

# Joue pour la planète !

AVEC  
L'AIDE D'UN  
ADULTE

Pour fabriquer ta maraca il te faut :

- un rouleau de papier toilette,
- deux bouchons de bouteille de lait,
- un peu de riz ou de semoule.



- Colle un des bouchons au bout du rouleau. Laisse sécher.
- Remplis le rouleau avec un peu de riz ou de semoule.

- Colle le second bouchon à l'autre extrémité. Laisse sécher.

- Colorie et découpe la bande ci-dessous avant de la coller sur ta maraca !  
Puis joue pour la planète !



Réalisé par les Éditions Déléguées Jeunesse de Bayard et Milan Presse, pour la Mutualité Française Midi-Pyrénées, en partenariat avec le réseau «Génération Mutualistes» de la FNMF, avec le concours de Philippe Perrin, éco-infirmier. Responsable : sophie.hardy@bayard-presse.com – Textes : Emmanuelle Cabrol. Illustrations : France Sengel. Maquette : Corinne Deniel. Secrétariat de rédaction : Isabelle Gilloots – Imprimerie Vincent à Tours – Juin 2015.

Toute la collection Mikalou est téléchargeable sur le site [www.midipyrenees.mutualite.fr](http://www.midipyrenees.mutualite.fr)