Protéger l'environnement au Liban :

COMPRENDRE ET AGIR

DO SOMETHING GREEN TODAY

FOR A BEAUTIFUL LEBANON



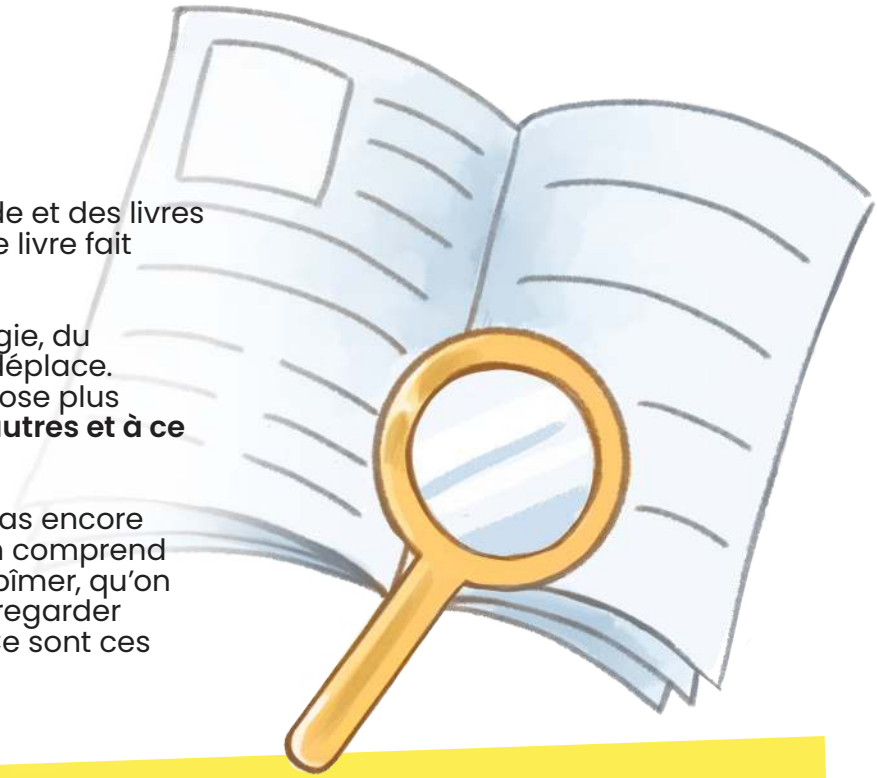
© 2026 Dany Assaker pour «Do Something green today».
Tous droits réservés.

Ce livret éducatif est destiné à un usage pédagogique. Toute reproduction, distribution, modification ou utilisation, totale ou partielle, de son contenu, sous quelque forme que ce soit, est interdite sans l'autorisation écrite préalable de l'auteur, sauf dans le cadre d'un usage strictement personnel ou éducatif conforme à la législation en vigueur.

Les contenus (textes, images, illustrations, activités) ont été élaborés avec soin à des fins d'apprentissage. Malgré toute l'attention portée à leur exactitude, l'auteur ne saurait être tenu responsable des erreurs, omissions ou des éventuelles conséquences liées à leur utilisation.

Pour toute demande d'autorisation ou d'utilisation, merci de contacter :
dany.assaker@gmail.com

Préface



Il y a des livres qui expliquent le monde et des livres qui **apprennent à y faire attention**. Ce livre fait partie de cette deuxième catégorie.

Il parle de la mer, des forêts, de l'énergie, du recyclage, de la manière dont on se déplace. Mais au fond, il parle surtout d'une chose plus simple : **ce que nos gestes font aux autres et à ce qui nous entoure**.

Quand on est enfant, on ne se pose pas encore toutes les grandes questions, mais on comprend très bien qu'un geste peut aider ou abîmer, qu'on peut partager ou ignorer, qu'on peut regarder autour de soi ou détourner les yeux. Ce sont ces choix qu'on retrouve dans ce livre.

Ce projet est né en pensant à Thomas.

Thomas aimait profondément la vie, les gens, les rencontres.
Il aimait rire, raconter, écouter. Il savait créer du lien là où il passait, sans jamais donner de leçons.
Il n'était pas du genre à dire aux autres ce qu'ils devaient faire.
Il faisait. Il était là. Il prenait part.
Et c'est peut-être cela, au fond, l'**écologie réelle**.

Prendre soin de la planète, au-delà des chiffres, de la pollution ou du climat, est une affaire de **solidarité**.
C'est comprendre que **ce que je fais ici peut avoir un effet ailleurs** ; que ce que je jette peut m'empêcher de ressentir la mer ; que la manière dont je me déplace peut rendre l'air plus respirable ou plus lourd ; que protéger une forêt, ce n'est pas protéger un décor, mais un lieu de vie.
C'est apprendre que **nous ne sommes jamais seuls.**

Thomas le savait.
Il avait cette capacité rare à faire sentir aux autres qu'ils comptaient, qu'ils avaient une place, qu'ils faisaient partie d'un réseau plus grand, plus profond.

Au Liban, cet enjeu est existentiel.
La mer, la montagne, les forêts, les chemins, les villages… Tout est proche.
Tout est fragile.
Ce que l'on fait aujourd'hui se voit très vite.
Mais c'est aussi un pays où la solidarité existe vraiment.
L'entraide, le partage, se serrer les coudes quand les choses deviennent, si souvent, difficiles.
Ce livre s'inscrit dans cet esprit-là : il ne cherche pas à prêcher, il cherche à donner envie de comprendre et d'agir.

Aux enfants qui liront ces pages, on ne demande pas d'être parfaits.
On ne leur demande pas de sauver la planète.
On leur propose quelque chose de beaucoup plus simple et beaucoup plus beau : **ouvrir les yeux, poser des questions, et faire de leur mieux**.

Thomas aurait aimé cette idée.
Parce qu'il croyait profondément en la capacité de chacun à faire une différence, sans héroïsme, sans spectacle.
Simplement en étant attentif aux autres.

Ce livre est une invitation à comprendre le monde dans lequel on vit.

Une invitation à respecter ce qui nous entoure, à se sentir responsables, ensemble.

Si, en le refermant, un enfant regarde la mer autrement, ou marche différemment dans une forêt, ou se demande d'où vient l'énergie qu'il utilise, ou décide d'aider plutôt que d'ignorer, alors ce livre aura rempli sa mission.

Et alors, d'une certaine manière, Thomas continuera de faire ce qu'il faisait mieux que personne : **rayonner, donner du sens et transmettre de la joie**.

Ayman Mhanna

Ami et frère de coeur de Thomas

Qui sommes nous ?

Do Something Green Today est un **collectif écologiste** fondé par la famille Assaker, réunissant amis et proches autour d'une cause commune : œuvrer pour l'environnement et lutter contre la pollution au Liban.

Le Liban est confronté à une **crise environnementale** alarmante, marquée par une pollution omniprésente qui menace la santé publique et l'écosystème du pays.

Les décharges à ciel ouvert et le brûlage des déchets, souvent incontrôlés, polluent l'air et les sols, libérant des toxines dangereuses. Les cours d'eau et les côtes sont contaminés par des rejets industriels et domestiques non traités, affectant gravement la qualité de l'eau et la biodiversité marine. La pollution de l'air est exacerbée par les émissions des véhicules et des générateurs électriques, courants en raison de l'infrastructure énergétique défaillante du pays. Ces problèmes environnementaux sont aggravés par une gestion inefficace des déchets et un manque de sensibilisation écologique, rendant urgente la mise en place de solutions durables et d'initiatives de sensibilisation.



Le collectif **Do Something Green Today** vise donc à **sensibiliser** le public libanais sur les enjeux environnementaux et l'importance de la protection de la nature. Pour atteindre cet objectif, il met en place diverses initiatives concrètes pour lutter contre la pollution. Ces actions incluent des opérations de nettoyage, des partenariats avec des points de collecte de déchets, la mise en œuvre de projets de recyclage, ainsi que des campagnes d'éducation et de sensibilisation au sein des écoles.

Par ces efforts, le collectif espère encourager une **prise de conscience** collective et promouvoir des comportements plus respectueux de la nature.

De plus, il incite les individus à adopter des **pratiques écologiques** dans leur vie quotidienne et à influencer positivement leur entourage.

En inspirant et en mobilisant les individus, le collectif prouve que **chaque geste compte** et que, ensemble, nous pouvons construire un avenir plus durable pour les générations futures.

Kim Assaker
Cousine de Thomas



À propos de Thomas

Thomas Assaker, né le 6 décembre 1990 en Belgique et décédé le 15 mars 2024 au Liban, a mené une vie empreinte de passion, de dévouement et d'altruisme.

Après ses études de droit à l'Université de Liège, il décide de partir s'installer au Liban où son séjour a été marqué par un **engagement intense dans des causes humanitaires.**

Là-bas, Thomas a notamment travaillé pour l'UNRWA, un programme de l'Organisation des Nations Unies qui a pour but de fournir une assistance et une protection aux réfugiés palestiniens, et pour Diakonia, une ONG suédoise dédiée à la lutte contre la pauvreté et l'injustice dans le monde.

Cette expérience a renforcé son désir de contribuer d'avantage à des causes humanitaires de portée internationale.

Engagé ensuite par le Comité International de la Croix-Rouge, il sera envoyé durant un an en Irak pour sa première mission en tant que Detention Delegate. Dans ce rôle, il sera chargé de surveiller les conditions de détention des prisonniers à Bagdad, veillant à ce que leurs droits fondamentaux soient respectés conformément aux normes internationales. Il mènera des visites régulières dans les établissements pénitentiaires, dialoguant avec les autorités locales pour promouvoir des améliorations et assurer que les détenus reçoivent une assistance humanitaire adéquate.

C'est en Ethiopie, à Mékélé, que Thomas effectuera sa seconde mission comme Field Delegate. Il sera chargé de superviser les opérations humanitaires, d'évaluer les besoins des populations locales et de coordonner les interventions d'urgence.

Par sa sensibilité, son engagement et son intelligence, Thomas a marqué la vie de nombreuses personnes, et laissera sans aucun doute une **empreinte durable** dans tous les pays qu'il a visités et principalement au Liban, ce pays qu'il aimait tant. Toute sa vie il a montré une **profonde empathie** et une **détermination inébranlable** à faire une différence positive dans le monde.

En son honneur, nous avons décidé de créer **Do Something Green Today.**

Nous espérons poursuivre son rêve de voir un Liban où il fait bon vivre, un pays où **l'engagement pour la nature et pour autrui guide nos actions quotidiennes**.

Par ce livre et à travers nos initiatives, nous célébrons la mémoire de Thomas et continuons son œuvre pour un avenir meilleur.

Kim Assaker
Cousine de Thomas

Remerciements

Nous voudrons remercier les contributeurs à cet outil pédagogiques: Ayman, Kim, Brigitte, Sophie, Bruno, Maha & Melhem, Dominique, merci pour vos recherches, vos textes et les multiples discussions que nous avons eues ensemble.

Merci à toutes les personnes qui suivent les actions de notre collectif «Do Something Green Today» et qui nous encouragent et contribuent à nous permettre d'entreprendre et accomplir notre mission

Finalement, merci à Carolina et Gauthier, les illustrateurs et conseillers de ce livre. Ils ont compris notre objectif et largement contribué au résultat. Leurs qualités humaines ne font qu'enrichir leur professionnalisme.

Dany et Pascale
Papa et maman de Thomas







Table des matières



Chapitre 1
POLLUTION DE LA MER.....PAGE 8



Chapitre 2
GESTION DES DÉCHETS.....Page 12



Chapitre 3
MOBILITÉ.....Page 16



Chapitre 4
GESTION DES FORÊTS.....Page 20



Chapitre 5
GESTION DE L'ÉNERGIE.....Page 24



Chapitre 6
GESTION DE L'EAU.....Page 28

CHAPITRE 1

Pollution de la mer



Les réflexions de Thomas transcrites par Sophie.



La pollution de la mer? C'est quoi ?

La pollution de la mer, c'est quand les activités des humains envoient des déchets et des produits dangereux dans l'eau, ce qui salit la mer et met en danger les animaux marins. Pourtant, la mer nous offre des endroits pour s'amuser, elle nous nourrit, et elle aide à absorber une grande partie des gaz qui réchauffent la terre. Polluer la mer, c'est donc détruire tous les services qu'elle nous rend !

Les ennemis de la mer créés par les humains :

Les **produits chimiques** comme le pétrole, les engrais ou les produits de nettoyage rendent l'eau dangereuse pour les animaux et les humains.

Les **bactéries** des toilettes ou des déjections des animaux rendent l'eau sale et mauvaise pour la santé.

La **lumière** et le **bruit** des villes côtières et des bateaux dérangent la vie des animaux marins.

Les **objets de la vie quotidienne** (plastique, métal, verre, etc.) blessent les animaux, abîment les plages et les fonds marins.

Une fois qu'ils ne nous servent plus, les objets deviennent des déchets.

Le grand voyage des déchets en 3 étapes:

1 Les montagnes de déchets

Chaque année, 2 à 3 millions de tonnes de déchets s'accumulent au Liban. Beaucoup ne sont pas recyclés et finissent dans la nature. Le plastique se casse alors en petits morceaux qu'on appelle microplastiques, que nous pouvons avaler sans le savoir.

2 Les rivières express

Le vent et la pluie emportent les déchets dans les rivières. Elles descendent très vite des montagnes du Mont-Liban à plus de 3000 m d'altitude et finissent leur parcours sur les plages de la mer Méditerranée, comme un grand toboggan naturel !

3 Le grand plongeon

Arrivés dans la mer, les déchets plongent dans le fond à plus de 2000 mètres. Là, dans le noir et le silence, les déchets s'accumulent et perturbent la vie des animaux.

Un simple déchet jeté sur la terre peut finir au fond de la mer!

Réflechissons ensemble

Sauras-tu estimer la temps qu'il faut pour que ces déchets se décomposent dans la nature ?

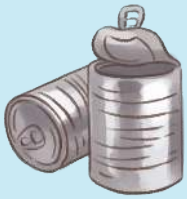


Durée de vie des déchets dans la nature



F

Sac en plastique



D

Boîte de conserve



A

Papier toilette



G

Filet de pêche



H

Verre



B

Brique de lait



F

Couche et serviette hygiénique



C

Mégot de cigarette



E

Pile au mercure



F

Bouteille en plastique

A — 2 semaines à 1 mois

B — 1 à 5 mois

C — 1 à 3 ans

D — 50 ans

E — 200 ans

F — 450 ans

G — 600 ans

H — Indéterminé



Conséquences pour les plages

Sur les plages du Liban, on trouve souvent des déchets : sacs en plastique, canettes ou vêtements. Ils viennent des rivières ou sont laissés par des gens qui ne ramassent pas les déchets. Ces déchets salissent la plage et blessent les animaux, comme les crabes et les oiseaux de mer.

Des plages sales = moins de plaisir pour nous et plus de danger pour les animaux !



Conséquences pour l'eau de mer et les fonds marins

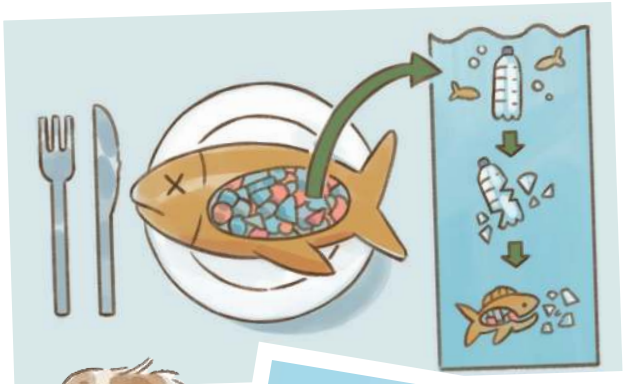
La pollution rend l'eau de la mer sale et dangereuse pour les poissons et les plantes. Les déchets, comme le plastique, s'accumulent dans l'eau et sur les fonds, ce qui étouffe les animaux. Les produits chimiques empêchent la mer de rester vivante et saine.

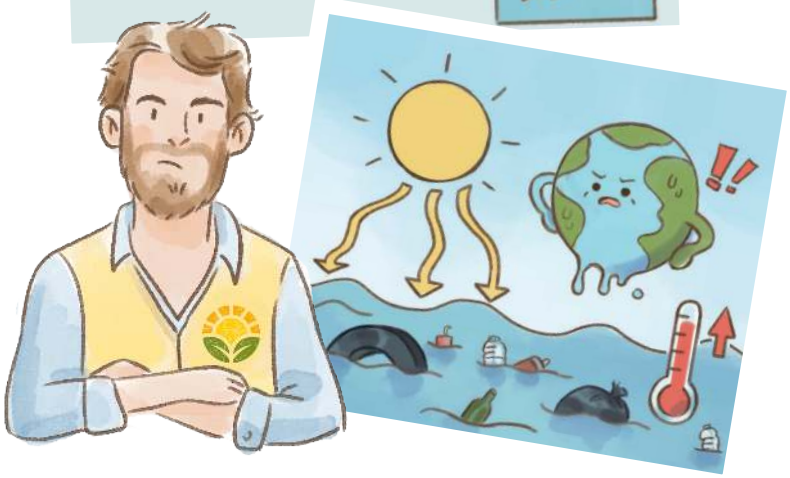
Conséquences pour notre santé et notre qualité de vie

En nageant dans une mer polluée et en pêchant les poissons empoisonnés, nous nous empoisonnons nous-mêmes.

Quand la mer est polluée, elle produit moins d'oxygène et elle ne peut plus absorber aussi bien les gaz qui réchauffent la Terre. Cela rend notre planète plus chaude et moins agréable à vivre.

Si la mer est malade, la Terre l'est aussi, car nous dépendons d'elle pour vivre.





Des solutions ?

Je peux faire quelque chose ?

C'est vrai, beaucoup de solutions pour réduire la pollution devraient venir de ceux qui dirigent le pays. Par exemple : améliorer le ramassage des déchets d'habitation, créer plus de centres de tris, interdire les décharges à ciel ouvert, interdire la consommation de plastique, etc.

Mais en attendant que ça bouge, toi aussi, tu peux **aider la planète et protéger ta santé !**

Voici quelques idées :



Achète moins d'objets

Moins d'objets jetés = moins de déchets qui peuvent finir dans la mer.

Utilise des bouteilles et sacs réutilisables

Cela réduira le plastique jetable qui pollue la mer.

Nettoie la nature

Lorsque tu rencontres des déchets sur ton chemin, ramasse-les et jette les à la poubelle.

Réutilise et répare les objets

Cela évitera de créer de nouveaux déchets et de gaspiller.

Trie tes déchets

Emmène les plastiques, papiers, métaux et verres dans les centres de tri où ils pourront être recyclés.

Parles-en autour de toi

Explique à tes amis et ta famille pourquoi il est important de protéger la mer.

Sophie Hage

amie d'enfance de Thomas

CHAPITRE 2

Gestion des déchets



Les réflexions de Thomas transcrites par Pascale, sa maman.

La gestion des déchets ? C'est quoi ?

La Terre croule sous les déchets, principalement les déchets en plastique. Ce problème est présent dans tous les pays du monde, y compris au Liban.

Le plastique est partout : jouets, meubles, vêtements synthétiques, chaussures synthétiques, sachets en plastique jetables, pailles, couverts, assiettes et gobelets jetables, emballages des aliments ...

Au Liban, on retrouve des déchets en ville, le long des routes, mais aussi dans les campagnes, dans la montagne, dans les rivières, dans la mer.

Pourquoi ?

Les habitants ont pris l'habitude de jeter leurs déchets n'importe où : là où ils vivent, là où ils passent, à pied, en voiture.



Conséquences

Nous vivons dans un environnement pollué. Ce n'est pas agréable.

Tous les déchets finissent d'une manière ou d'une autre **dans la mer** (voir chapitre sur la pollution de la mer).

La situation est encore aggravée par **l'enfouissement** des déchets dans le sol ou leur incinération **(les brûler),** ce qui rejette des fumées toxiques dans l'air.

Les sols, l'air, l'eau : tout est pollué. Même si on ne le voit pas, on ne le sent pas.

La pollution la plus grave est celle due au plastique parce qu'il se décompose en **microparticules** (de tout petits morceaux) invisibles à l'œil nu. Ces microparticules sont très **toxiques** pour les humains et peuvent à long terme nous rendre malades.



Des solutions ?

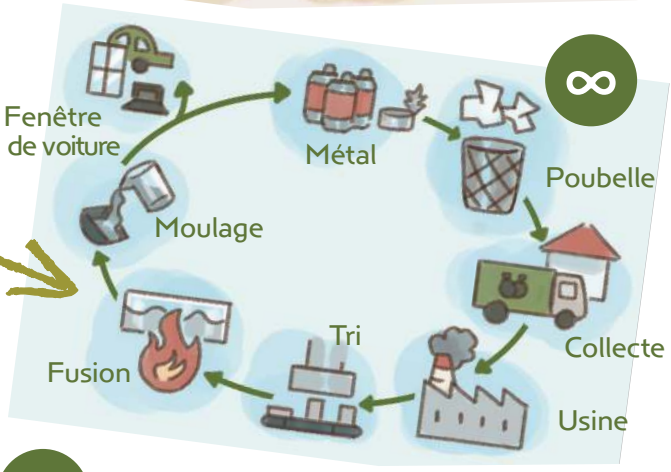
Je peux faire quelque chose ?

Il faut **réduire les achats de produits plastiques** de mauvaise qualité et jetables. Il faut **recycler** les déchets qui sont **recyclables**, c'est-à-dire au lieu de les jeter, il faut s'en resservir.

Quelques exemples :

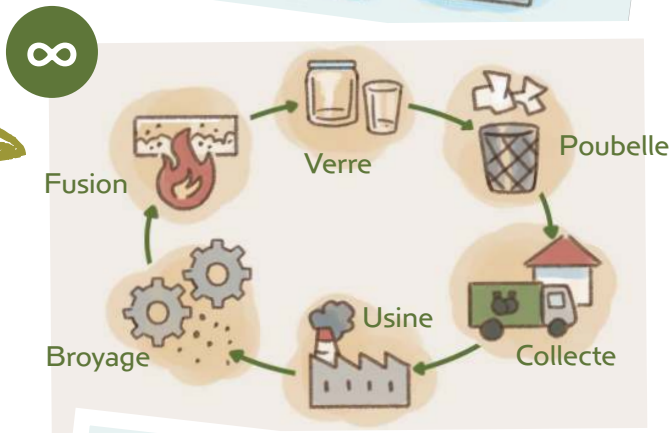


1. **Le papier et le carton propres** peuvent être broyés pour refaire du papier et du carton, de la litière pour les animaux, des matériaux d'isolation contre le bruit, le froid, la chaleur ...

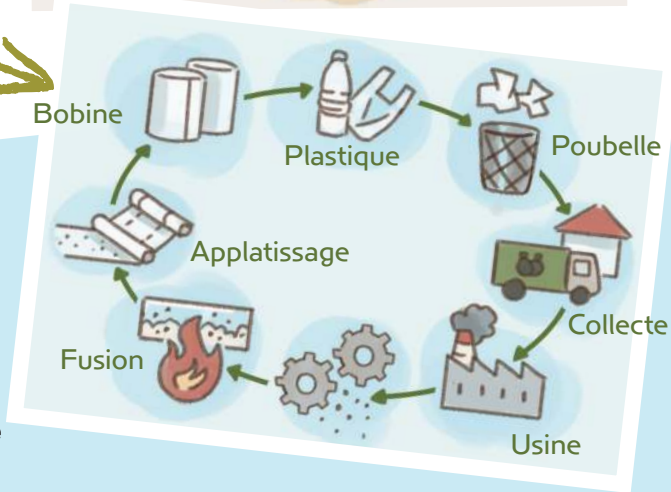


2. **Le métal** peut être compressé et refondu pour faire de nouvelles boîtes d'emballage, des pièces automobiles, des ustensiles de cuisine, des cadres de bicyclettes ...

3. **Le verre** peut être recyclé par broyage en une fine poudre de verre appelée « calcin ». Cette poudre peut alors être réutilisée, chauffée à 1400°C, et du nouveau verre est ainsi produit pour en faire des pots, des bocaux, des bouteilles ... Les vitres doivent être recyclées séparément en ... nouvelles vitres ! Pas de vaisselle ni de porcelaine dans le recyclage du verre, ce sont des produits différents !



4. **Le plastique** peut être compressé pour faire de nouveaux meubles de jardin, des poubelles, des bancs pour s'asseoir, des matériaux de construction isolants, des équipements de sport ...



5. **Les textiles, vêtements, linge de maison, chaussures** propres et en bon état doivent être donnés pour vivre une seconde vie.

Pour pouvoir recycler, il faut installer des **points de collecte des recyclables**. Il y en a déjà plusieurs à divers endroits au Liban. En connais-tu ?

Il faut ensuite mettre en place des **filières de recyclage** au Liban : certaines filières existent déjà au Liban.

En connais-tu ?

En pratique : qu'est-ce que je peux faire ?

Je ne suis pas responsable de tout cela, mais au quotidien je peux faire une différence. Je peux, par mes actions, convaincre mes parents, ma famille, mes amis de faire comme moi.

Si chacun fait un effort, il y aura un changement pour un Liban plus beau, plus propre, plus agréable à vivre. **« Le meilleur déchet est celui qui n'existe pas ! »** : avant d'acheter quelque chose, je me pose les questions suivantes :



Est-ce que j'en ai vraiment besoin ?»

- OUI → **« Est-ce que c'est du plastique ?»**
  - NON → **Je peux l'acheter**
  - OUI → **« Est-ce que je peux acheter la même chose mais qui n'est pas en plastique ?»**
    - OUI → **Je peux l'acheter**
    - NON
      - Un jouet en bois ou en carton
      - Un vêtement en coton, en lin ou en laine
      - Des chaussures en coton ou en cuir
      - Un meuble en bois ou en bambou
      - De la vaisselle en carton, des couverts en bois

      « Est-ce que c'est solide, de bonne qualité ? », « Est-ce qu'après usage, je pourrai le donner à quelqu'un d'autre qui pourra s'en resservir ? Ou bien est-ce que je vais le jeter rapidement ? »
      - OUI → **Je peux l'acheter**
      - NON → **Je ne l'achète pas**
- NON → **Je ne l'achète pas**

Je retiens :



Je ne jette plus mes déchets partout en marchant ou quand je suis en voiture, je les ramène chez moi à la maison.

Quand je quitte un endroit : pique-nique à la plage, à la montagne, fête avec mes amis, je n'abandonne pas mes déchets sur place, je les ramène chez moi à la maison.



Je recycle mes déchets :

- Le plastique, le papier, le carton, le métal, le verre, les textiles sont des recyclables. Ils ne doivent pas être jetés avec le reste dans la poubelle. Ils sont mis à part et portés ensuite dans un point de recyclage près de chez moi.

- Les restes de nourriture peuvent aussi être recyclés. Si j'ai un jardin ou une terrasse, j'installe un petit ou un grand bac à compost avec un couvercle. Je jette dedans tous les restes de nourriture, sauf la viande, le poulet et le poisson : non, ça ne sent pas mauvais. Je peux aussi y ajouter des feuilles, de l'herbe, c'est encore mieux. Avec le temps, les restes se tassent et prennent de moins en moins de place. Si je suis patient.e, le compost deviendra de la bonne terre bien noire dans laquelle je pourrai planter des légumes, des fleurs, des arbres ...

- Tout le reste (qui ne se recycle pas) va dans la poubelle. Cette poubelle est placé au point de collecte de mon quartier ou de mon village où le camion poubelle viendra les chercher. **Parce que je recycle tout ce qui est recyclable, il ne reste plus grand-chose à jeter à la poubelle.**

Pascale sa maman

Au supermarché, au magasin, je refuse les sacs en plastique jetable. J'amène avec moi des sacs en plastique recyclés et bien solides, ou des sacs en tissu.



Pas besoin d'un fruit qui vient de très loin si on a ce même fruit localement un peu plus tard ou bien un fruit de saison équivalent, qui est tout aussi bon.



Maman et papa ne comprennent pas ? Ce n'est pas grave, je reste calme et je leur explique pourquoi et comment il faut faire.





CHAPITRE 3

Mobilité



Les réflexions de Thomas transcrites par Dany, son papa.

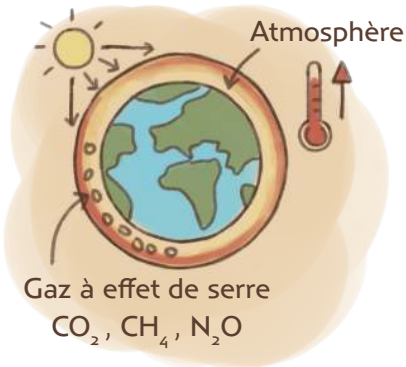
La mobilité ? C'est quoi ?

La mobilité, c'est un mot compliqué pour dire "**se déplacer**" : aller d'un point A jusqu'à un point B. Pour ça, tu peux utiliser plein de moyens : marcher, prendre le vélo, la voiture, le bus, ou même le train. Mais attention : la façon dont tu choisis de bouger n'est pas sans importance. Elle a un impact sur **la planète** et aussi sur **notre santé** !

Pourquoi se déplacer peut polluer la planète ?

Quand tu te déplaces avec un véhicule, tu utilises de l'énergie (essence, diesel, kérosène,...). En utilisant cette **énergie**, des gaz sont relâchés dans l'air, comme le **CO_2** (dioxyde de carbone). Le CO_2, c'est un **gaz à effet de serre** : il s'accumule dans l'air et agit comme une couverture autour de la Terre qui garde la chaleur. Résultat : la planète se réchauffe.

L'empreinte carbone : c'est l'ensemble de tous les gaz à effet de serre (dont le CO_2) émis pour fabriquer un véhicule, l'utiliser pendant des années et le recycler à la fin. Plus un moyen de transport a une grosse empreinte carbone, plus il pollue. Et plus il pollue, plus cela peut être mauvais pour **notre santé** et pour **l'environnement**.



Les conséquences pour l'environnement

Si la température annuelle moyenne monte, le climat se dérègle : la météo change, la glace au pôle Nord fond, certaines régions deviennent plus chaudes ou plus sèches... Bref, ce n'est pas bon pour la planète ni pour toi. Au Liban, cela se traduit entre autres par des tempêtes, des fortes pluies, des inondations, des canicules. Le réchauffement climatique cause des morts, des blessés et oblige beaucoup de gens à quitter leur maison, au Liban comme partout dans le monde.

Réflechissons ensemble

Tous les moyens de transport ne polluent pas de façcon pareille. Certains rejettent beaucoup de gaz à effet de serre, d'autres presque pas.

Regarde le graphique reliant les moyens de transport à 2 catégories en fonction de :

Leur impact sur la planète et s'ils existent au Liban ou non.

Découvre lesquels sont vraiment écologiques !



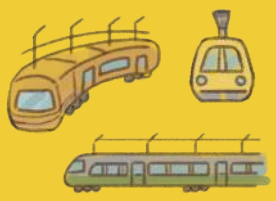
Transports	Impact environnemental	Existe au Liban



Avion et Bateau



Véhicules thermiques



Métro tram train électrique



Vélo



Marche

OUI

NON

Malheureusement, très peu de voitures ou de bus sont électriques au Liban aujourd'hui. Les véhicules qui ne rejettent aucun gaz polluant quand ils roulent sont encore très rares, comparés à toutes les voitures qui fonctionnent avec de l'essence ou du diesel.



Conséquences pour notre santé

Dans les grandes villes, il y a tellement de voitures, souvent vieilles, que l'air devient très pollué. Les bus circulent sans vraiment de règles, et beaucoup de conducteurs ne respectent pas le code de la route.

Tu as déjà regardé **Beyrouth de loin** ? On dirait que la ville est cachée sous un **épais brouillard**... mais ce n'est pas de la vapeur d'eau : c'est de la **pollution**.

Et cette pollution n'est pas seulement moche : elle risque aussi de rendre les habitants **malades**.



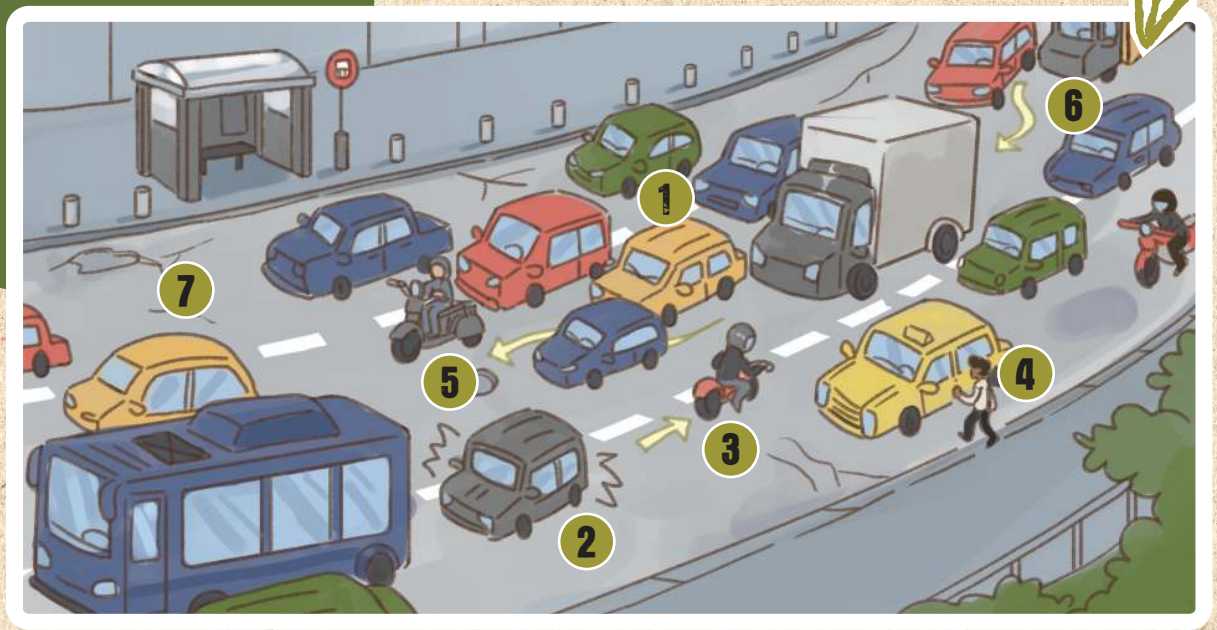
Conséquences pour notre sécurité

En plus de polluer l'air, la circulation peut aussi être **dangereuse**. Sur les routes, il arrive souvent des **accidents graves**.

Quelques exemples :

1. Sur une autoroute avec 3 bandes, on voit parfois **6 files de voitures** qui roulent n'importe comment !
2. Certaines voitures s'arrêtent ou redémarrent **sans prévenir**.
3. Des motos ou voitures roulent **dans le mauvais sens**.
4. Les taxis et les bus changent de file **d'un coup** et s'arrêtent **brusquement** pour prendre des passagers.
5. D'autres voitures et motos s'amusent à **slalomer** entre les véhicules, comme si c'était un jeu, mais c'est très dangereux.
6. Certaines personnes traversent la route pour changer de bande en pensant que les autres vont s'arrêter pour les laisser passer.
7. Les routes sont souvent **abîmées** et il n'y a presque pas de **panneaux de signalisation** ou alors ils ne sont pas respectés.

...Tout ça rend les routes très risquées.



Des solutions ?

Je peux faire quelque chose ?

C'est vrai, beaucoup de solutions pour réduire la pollution devraient venir de ceux qui dirigent le pays. Par exemple : réparer les routes, mettre des panneaux de signalisation, construire des lignes de tram, organiser un bon transport en commun, ou encore créer des pistes pour les piétons et les vélos.

Mais toi aussi, tu peux **aider la planète et protéger ta santé !**

Voici quelques idées :



Marche ou fais du vélo

quand c'est possible et sans danger, au lieu de demander à tes parents de te conduire. En plus, marcher c'est du sport et bon pour la santé !

Covoiturage

4 amis dans une seule voiture, c'est beaucoup mieux pour la planète que 4 voitures avec 1 seul passager chacune.

Encourage tes parents

à choisir une voiture qui consomme moins d'essence : certaines roulent beaucoup plus longtemps avec la même quantité de carburant.

Réfléchis avec tes parents avant de prendre l'avion

pour les vacances, il y a déjà plein de choses magnifiques à découvrir tout près de chez nous, sans aller à l'autre bout du monde.

Prends le bus ou le train

quand tu peux : ça réduit le nombre de voitures sur la route.

Mange local et de saison

pas besoin d'un fruit qui vient de très loin si on a ce même fruit localement un peu plus tard, ou bien un fruit de saison équivalent qui est tout aussi bon.

Parles-en autour de toi

pose des questions à tes parents, tes amis, tes proches sur leurs choix de transport.

Dany, son papa

CHAPITRE 4

Gestion des Forêts



Les réflexions de Thomas transcrites par Brigitte, marraine de Thomas

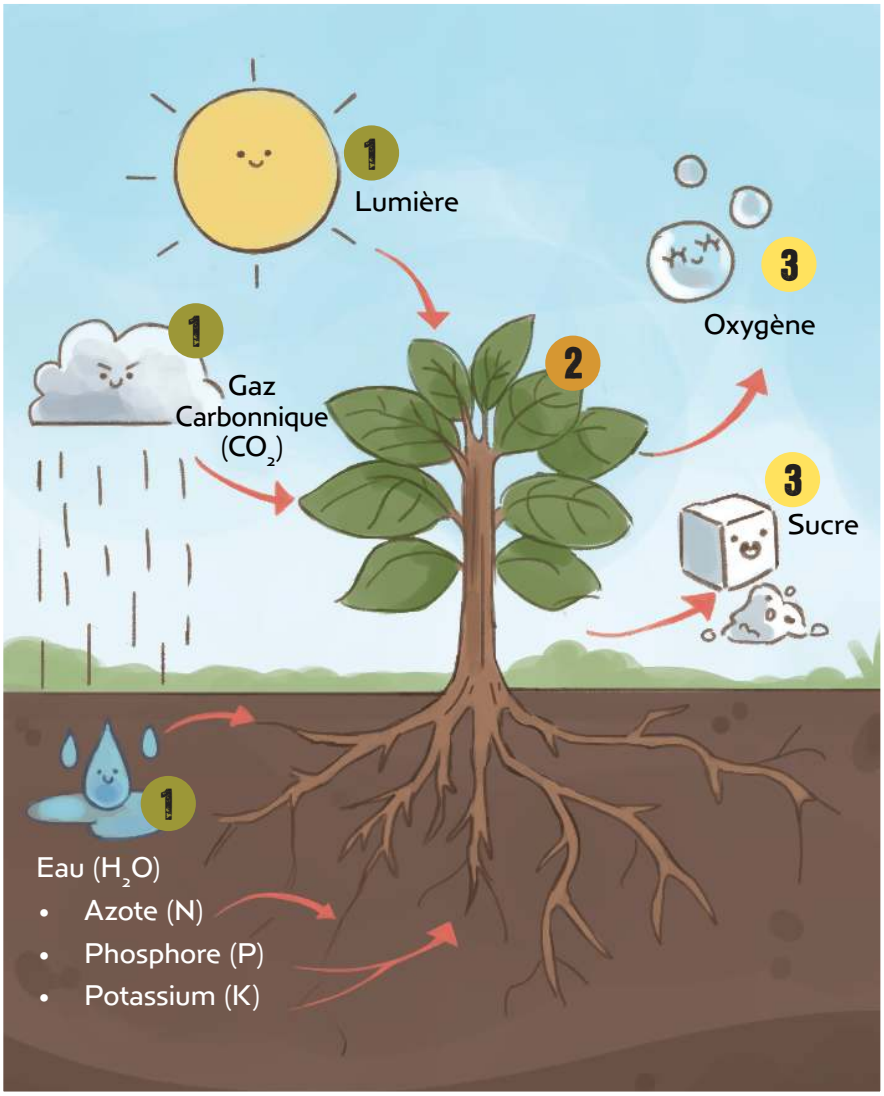
Les FORÊTS du LIBAN : « un trésor à protéger »

Le Liban est connu pour ses forêts verdoyantes : les plus célèbres sont les forets de **CÈDRES** , les forêts de **PINS** , les forêts de **CHÊNES**, les forêts de **GENÉVRIERS** :

Malheureusement, la superficie des forêts devient de plus en plus petite. Beaucoup d'arbres disparaissent chaque année.

La FORÊT : « les arbres ne poussent pas tout seuls

Un arbre, c'est une grande plante qui a un tronc, des branches, des feuilles, des racines, des fleurs ou des fruits. L'arbre est très important car il fournit de l'oxygène, de l'ombre, de la nourriture et contribue à maintenir l'équilibre de la nature.



1 Les racines boivent l'eau dans le sol qui contient des nutriments. Les feuilles prennent la lumière du soleil et le dioxyde de carbone dans l'air.

2 La plante mélange tout ça.

3 Elle fabrique du sucre pour se nourrir et rejette de l'oxygène qu'on respire.

C'est la photosynthèse !

Les ennemis des Forêts :

Un arbre est un être vivant, comme les animaux et les humains. Il naît, il grandit pendant très longtemps et, un jour, il peut mourir. Pour devenir grand et fort, un arbre a besoin de beaucoup de temps, parfois plus de 100 ans.

Mais à cause des humains, un arbre peut disparaître très vite. Une tronçonneuse ou un feu peuvent le détruire en quelques heures.





A cause du **changement climatique** les menaces sur les forêts sont nombreuses :

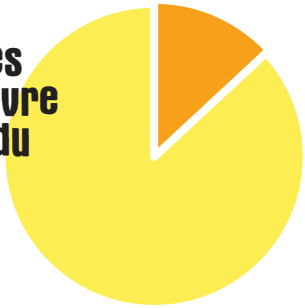
- Une **multiplication d'insectes nuisibles** dont les larves dévorent les aiguilles.
- L'apparition de **champignons parasites** entrainant l'affaiblissement de l'arbre via ses racines.
- **Les feux de forêt** : avec le réchauffement climatique, les étés deviennent de plus en plus chauds et secs favorisant les incendies.

La **déforestation**, c'est quand on coupe trop d'arbres et qu'on ne les remplace pas.

Au Liban, cela arrive souvent à cause :

- de l'**abattage d'arbres** pour construire des maisons, des routes ou des zones agricoles,
- du **commerce illégal du bois** : le bois de chauffage coupé sans autorisation
- de la **pollution** et du **manque de protection** de la nature.
- des **incendies** de forêt

La surface des forêts ne couvre plus que 13% du territoire.





La biodiversité de la forêt : un monde merveilleux menacé

La forêt est un endroit où vivent beaucoup d'êtres vivants : des **arbres**, des **plantes**, des **fleurs** et des **champignons**. Ces plantes permettent aux **animaux**, aux **oiseaux** et, aux **insectes** de se nourrir et de se protéger.

Certains vivent dans les arbres, d'autres sur le sol ou sous la terre.

Tous les êtres vivants de la forêt sont importants et **dépendent les uns des autres**. Cette grande diversité de vie s'appelle la **BIODIVERSITE**.

Conséquences sur la Terre

PERTE DE LA BIODIVERSITE : La forêt abrite une multitude d'espèces animales et végétales. Si les forêts sont en danger, les animaux perdent leur maison et parfois disparaissent.

DÉRÈGLEMENT DU CLIMAT : Il fait plus chaud et il pleut moins. La forêt ne se régule plus correctement. L'air devient moins propre par le manque d'arbres.

DÉGRADATION DES SOLS : La terre devient plus fragile. Si les racines des arbres ne maintiennent plus correctement le sol en place contre la pluie, la neige ou les rayons du soleil , le sol peut glisser, s'éroder et provoquer des glissements de terrain.





Il y a des millions de petites bêtes !

Des solutions ?

Je peux faire quelque chose ?

Les belles forêts du Liban sont un trésor précieux. Ensemble, nous pouvons les protéger. De nombreuses personnes et associations travaillent dur pour sauver les forêts du Liban en plantant de nouveaux arbres pour remplacer ceux qui ont été coupés ou brûlés. Ces actions aident à redonner vie aux forêts et à protéger la faune et la flore qu'elles abritent.

Mais toi aussi, tu peux **agir pour protéger la forêt !**

Voici quelques idées de ce que tu peux faire :



A LA MAISON

Économise le papier (écris des deux côtés). Utilise du papier recyclé. Trie et recycle le papier et le carton. Utilise moins de cahiers neufs en finissant ceux déjà commencés.



EN FORET OU DANS LA NATURE

La forêt n'est pas une poubelle. Ne laisse aucun déchet derrière toi (et ramasse les déchets des autres). Reste sur les chemins pour ne pas abimer les plantes. Regarde et respecte les plantes, ne cueille pas les fleurs et ne casse pas les branches. Respecte les animaux et observe-les sans déranger.



ATTENTION AU FEU

Ne fais jamais de feu en forêt. Préviens un adulte si tu vois de la fumée ou du feu.

AGIR POUR LA PLANETE



Plante un arbre ou une graine avec un adulte (Rejoins un groupe qui organise des plantations d'arbres). Apprends à cultiver les plantes et des légumes dans un jardin ou sur un balcon. Participe à des journées de nettoyage de la nature.

Parles-en autour de toi



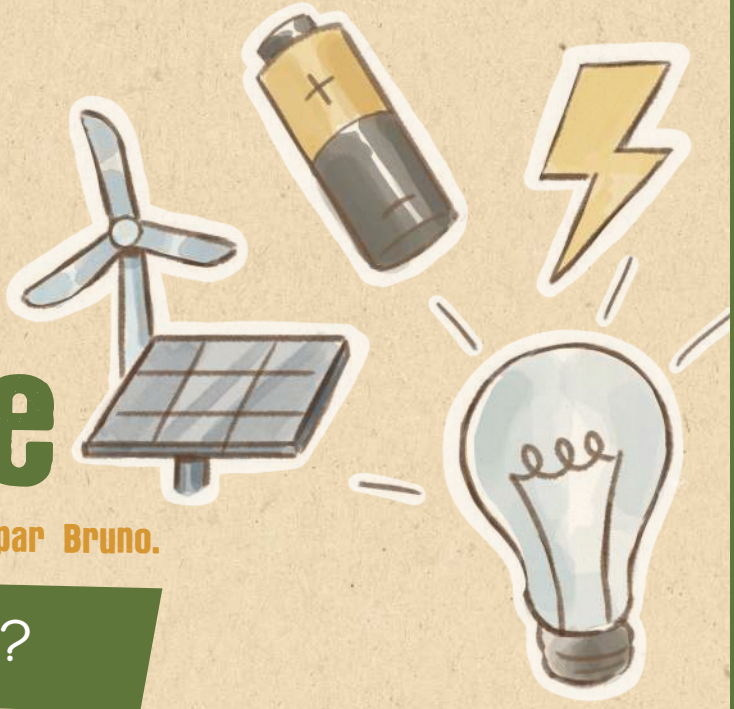
Apprends et explique autour de toi pourquoi la forêt est importante.

Brigitte Assaker

Marraine de Thomas

CHAPITRE 5

Gestion de l'énergie

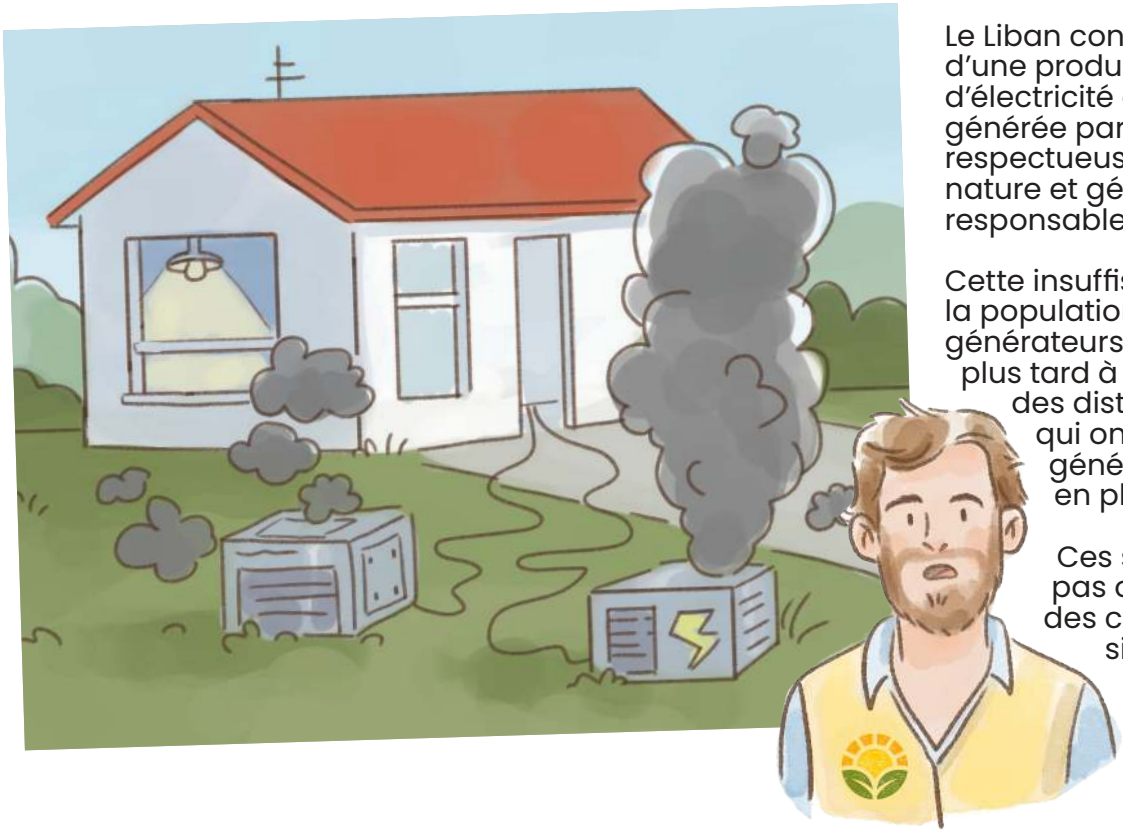


Les réflexions de Thomas transcrites par Bruno.

L'énergie ? C'est quoi ?

L'**Energie**, c'est ce qui est nécessaire tous les jours pour éclairer les pièces de notre maison, les chauffer ou les refroidir, regarder la tv, se connecter sur Internet, préparer les repas, se déplacer en voiture ou en avion. C'est aussi nécessaire dans les bureaux et pour faire fonctionner les usines.

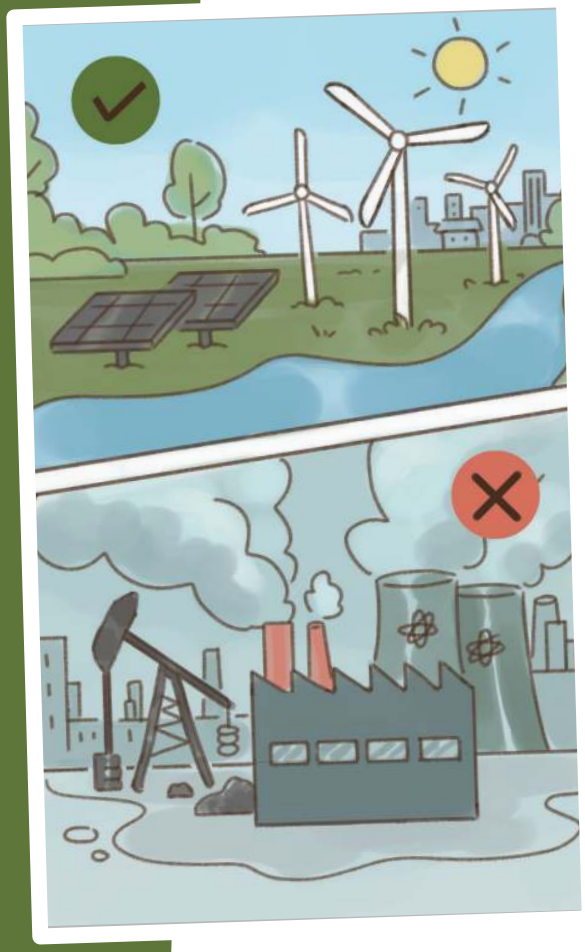
Les sources d'énergie proviennent toutes de la nature. Nous les utilisons pour les transformer en force, pour nous déplacer, pour construire, ou en chaleur pour nous chauffer ou pour fabriquer des objets dans les usines, et depuis pas très longtemps, nous les transformons en électricité. Que l'énergie soit produite grâce au bois, au vent, au soleil, au pétrole, ou même aux aliments que les animaux et les humains mangent pour avoir de la force, toutes ces ressources proviennent de la nature.



Le Liban continue de souffrir d'une production insuffisante d'électricité qui devrait être générée par des centrales respectueuses de la nature et gérées de façon responsable.

Cette insuffisance a conduit la population à utiliser des générateurs individuels et plus tard à s'abonner à des distributeurs locaux qui ont installé des générateurs de plus en plus puissants.

Ces solutions ne sont pas optimales et ont des conséquences significatives sur l'environnement et la santé des Libanais.



Les causes

Comme tu le sais, au Liban, nous n'avons pas de pétrole sous le sol, ni de centrale nucléaire, juste un petit nombre de barrages dédiés à la production de l'électricité.

Alors comment fait-on ? c'est simple, nous achetons du pétrole pour rouler en voiture comme pour faire marcher les quelques centrales électriques, lesquelles d'ailleurs ne suffisent plus du tout à nos besoins. Donc nous sommes très dépendants du pétrole, plus polluant que les énergies de l'eau des barrages, du vent et du soleil. Les libanais ne sont pas encouragés à investir dans les deux énergies renouvelables les plus utilisées dans le monde que sont le vent et le soleil. En effet, le coût initial de cet investissement est souvent élevé, et l'Etat manque de moyens pour proposer des subventions aux citoyens.

Les centrales et leurs équipements sont devenus vétustes et ne sont plus aux normes modernes de respect de l'environnement. En plus ces centrales distribuent leur électricité au moyen de systèmes de distribution en mauvais état. Il suffit pour cela de lever les yeux vers le ciel pour voir des enchevêtrements de câbles électriques.

Et finalement, nous observons pas mal de piratage du peu d'énergie fournie par l'Etat par les habitants pour multiples raisons.

Conséquences

La distribution parallèle de l'électricité des générateurs crée un enchevêtrement de câbles qui enlaidit les rues (pollution visuelle) en plus du danger que cela peut causer. Aussi, ces mêmes générateurs font du bruit (pollution sonore) et surtout la nuit. Ils ont besoin de mazout et de l'huile pour fonctionner. Qui n'a pas déjà constaté la pollution du terrain autour d'un générateur? On y trouve des pièces de rechange parsemées (filtres, bidons, ...) qui laissent échapper des liquides qui s'infiltrent dans le sol, rentrent dans les nappes phréatiques souterraines (que nous buvons) et aussi finissent dans la mer pour polluer la faune et la flore marines.

Mais le pire, c'est une autre pollution, bien plus grave. La fumée dégagée par ces moteurs est même plus dangereuse pour la santé que celle des pots d'échappement des voitures, car elle contient beaucoup plus de particules de carbone, qui sont très nocives pour la santé, qui pénètrent profondément dans les poumons et



peuvent provoquer des problèmes respiratoires et cardiovasculaires, et aussi sans oublier que cela contribue au réchauffement climatique, qui est un problème global à toute la planète. Tu es peut-être au courant que le Liban compte un des taux les plus forts de maladies graves. Les journaux commencent à en parler déjà.

Finalement, les conséquences sur le pouvoir d'achat des Libanais est importante : subissons tous des tarifs fluctuants, nous avons tous plusieurs factures d'électricité de plusieurs fournisseurs publics ou privés. Le prix du KWh proportionnellement au salaire moyen du libanais est un des plus cher au monde.

Des solutions ?

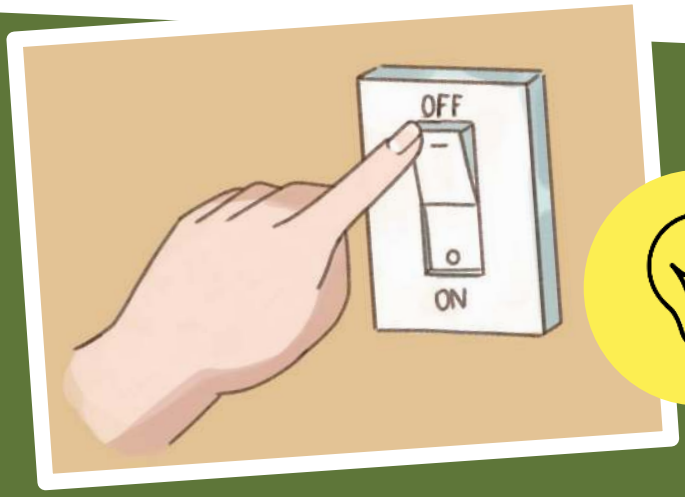
Je peux faire quelque chose ?

D'abord un principe à savoir : « la solution est l'affaire de tous », car il s'agit d'un problème collectif qui concerne tout le monde. C'est-à-dire que c'est grâce à l'ensemble des efforts que chacun mettra que l'on pourra faire changer les choses. Autrement dit il ne faut surtout pas se dire « à quoi bon, mes efforts ne seront qu'une goutte d'eau, donc cela ne changera rien ». Bien au contraire, c'est comme une boule de neige : en te voyant t'y mettre, en en parlant, les autres vont s'y mettre également.



Bien sûr, certaines solutions demandent l'implication de l'Etat et des autorités locales mais concentrons-nous déjà sur ce que l'on peut faire à notre niveau.

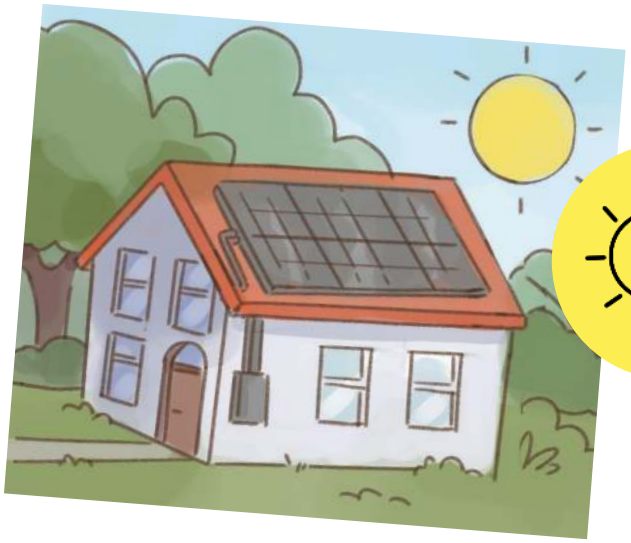
Voici quelques idées :



D'abord, essayer d'inverser la tendance à l'augmentation de l'utilisation de l'énergie et particulièrement celle de l'électricité. Avec des gestes simples comme éteindre ou diminuer le chauffage en hiver ou éteindre l'air conditionné en été lorsqu'on s'absente de la maison, éteindre les lumières d'une pièce de la maison lorsque personne ne s'y trouve, et les appareils comme la télévision.

Ensuite on peut faire davantage si on modifie un peu ses habitudes : pour rejoindre tes amis, aller au sport ou à la mer, essaie de t'organiser avec eux pour ne pas y aller chacun avec sa voiture ou sa moto. Y aller ensemble est tellement plus sympa. Pour tes déplacements habituels, essaie de prendre davantage les taxis-services ou d'utiliser l'autobus lorsque c'est possible. Tu verras, c'est beaucoup plus gai qu'être tout seul dans sa voiture ou sur sa moto. Pour les petits déplacements dans ton quartier, rends-toi à pied, tu verras que cela ne te prendra pas plus de temps et puis marcher un bout de chemin tous les jours, c'est bon pour la santé et moins stressant que la voiture. Tu peux te référer aussi aux solutions proposées dans le chapitre sur la « Mobilité au Liban ».





Et aussi équiper progressivement la maison avec une production d'énergie propre grâce au soleil comme le chauffe-eau solaire ou les panneaux solaires car le Liban a la chance d'avoir du soleil toute l'année. Bien sûr c'est l'affaire de tes parents, mais explique leur les avantages. D'abord il s'agit d'une énergie propre, elle n'est pas dépendante des aléas de la compagnie d'électricité, elle est fiable, et nécessite très peu de maintenance, et surtout elle est bien moins chère que les factures d'électricité.

Finalement, si tu as la chance de pouvoir planter des arbres et de la végétation autour de ta maison, l'ombrage qu'ils font rafraichit l'air autour et diminue le besoin à l'air conditionné en été.

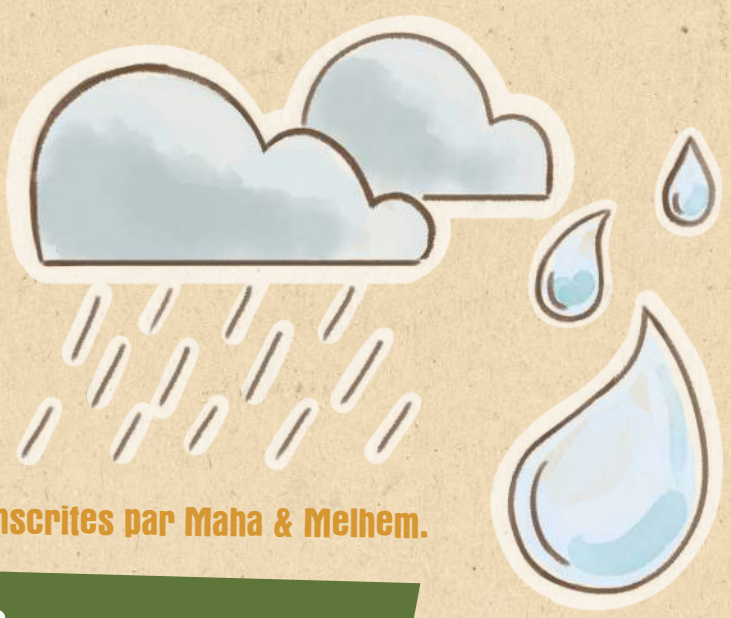


Bruno Obegi

Ami proche de Thomas et de sa famille

CHAPITRE 6

Gestion de l'eau



Les réflexions de Thomas, transcrites par Maha & Melhem.

La gestion de l'eau ? C'est quoi ?

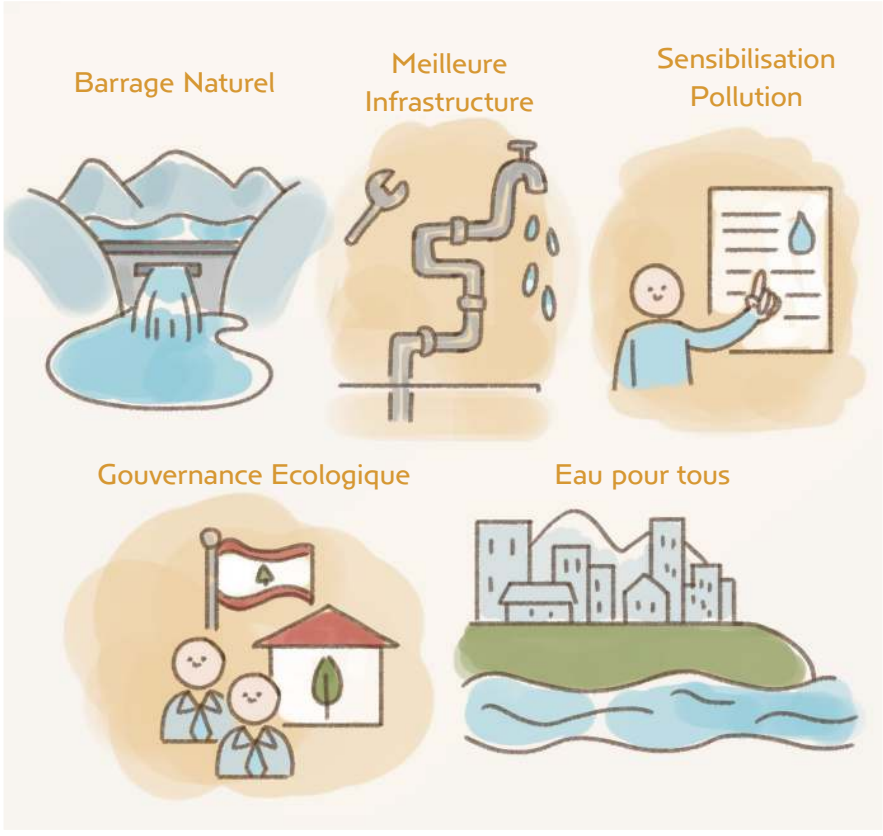
L'eau est une ressource naturelle essentielle pour nous tous. On peut réduire significativement notre besoin pour le pétrole et ses dérivés, mais peut-on vivre sans boire, sans arroser notre agriculture ? L'accès à l'eau est déjà source de tensions au niveau international.

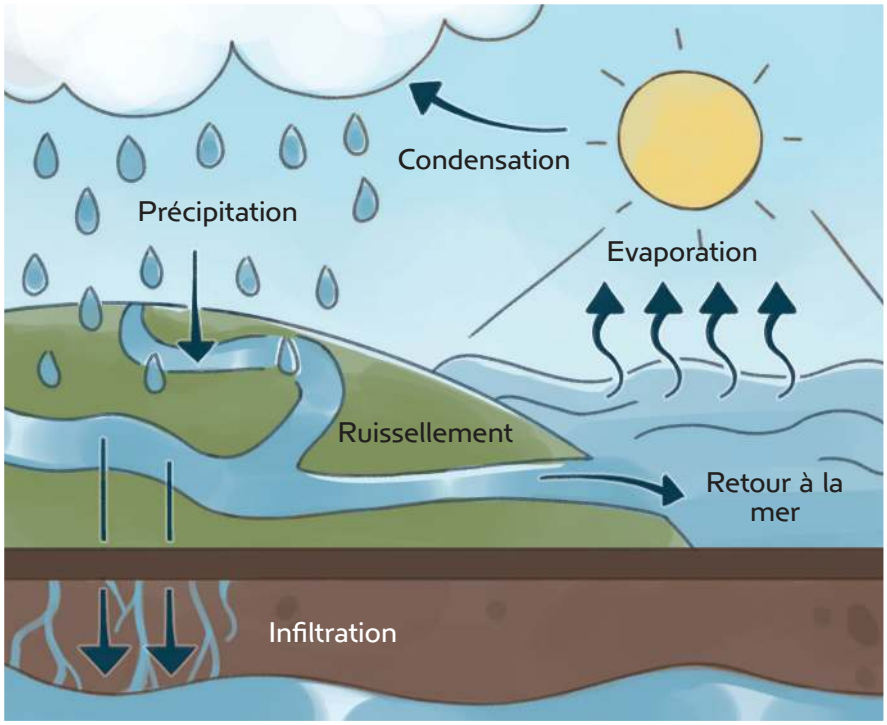
Nous avons la chance au Liban de part sa géographie et son climat de bénéficier d'un accès privilégié à l'eau comparé à d'autres pays où l'eau est moins disponible à un point où il faut dessaler l'eau de mer pour subvenir aux besoins du pays.

Les causes

Au Liban, l'eau est en principe abondante mais les façons de la **retenir**, de la **traiter** et finalement de la **distribuer** sont des causes majeures qui conduisent à une **eau polluée**, distribuée inégalement et qui va se jeter dans la mer sans fournir aux habitants les avantages de sa disponibilité.

Il est vrai que ces causes peuvent sembler nous dépasser, et se situer plus au niveau des autorités du gouvernement et des localités. Si on pouvait rêver, on aurait plus de barrages naturels de retenues, une meilleure infrastructure de distribution, une gouvernance plus centrale et écologique, une sensibilisation à respecter notre eau et ne pas la polluer, ...





En effet, malgré que l'eau suit un cycle, il est important de bien gérer la façon de capter les précipitations avant qu'elles ne s'écoulent dans la mer. Dans notre pays, l'eau s'écoule trop vite à cause des zones rendues imperméables par les constructions diverses. Aussi, l'eau de nos fleuves et rivières est polluée par les industries et par les multiples déchets (surtout plastiques) qui y sont déversés.

Conséquences

1 Le plus important est que nous avons de moins en **moins confiance** dans notre **eau potable**. Comme l'infrastructure est vieillissante, l'eau potable est amenée à être polluée malheureusement.

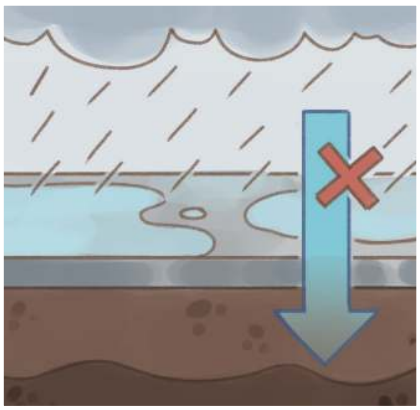


2 L'**eau est distribuée** de façon **inégale**. Certains bénéficient d'eau de sources et puits tandis que d'autres doivent amener l'eau dans des citernes et la payer.

3 Au moins la moitié de l'eau de notre **neige**, de nos **pluies** se **pollue** et va directement dans la **mer**.



4 Le **bétonnage** exagéré empêche l'eau de nourrir les nappes souterraines et donc provoque des **inondations** et une **perte** d'utilisation de l'eau.



Des solutions ?

Je peux faire quelque chose ?

Au Liban, l'eau est une richesse naturelle essentielle à la vie. Ensemble, nous avons le pouvoir de la préserver.

De nombreuses personnes et associations travaillent chaque jour pour améliorer la gestion de l'eau au Liban, en réparant les infrastructures, en sensibilisant la population et en luttant contre la pollution. Ces actions permettent de protéger cette ressource précieuse et de garantir un meilleur accès à l'eau pour tous

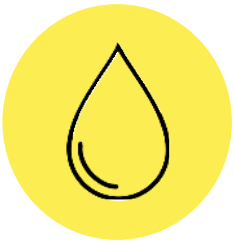
Mais toi aussi, tu peux **agir pour préserver l'eau et protéger ta santé !**

Voici quelques idées de ce que tu peux faire :



Chacun de nous doit respecter cette ressource : Ne pas polluer nos fleuves, rivières, réservoirs, ... On a expliqué dans les chapitres de ce livre tous les problèmes liés aux déchets et surtout aux plastiques.

Arroser nos jardins et nos potagers de façon responsable.





Nous pouvons économiser l'eau que nous utilisons tous les jours: prendre des douches au lieu de prendre des bains, fermer les robinets quand c'est possible comme on se brosse les dents.

Convaincre nos parents de réparer les robinets et les chasses d'eau qui fuient



Maha et Melhem Abou Antoun

Amis de Thomas et de la famille

Maintenant, au travail !

Voilà donc six domaines parmi d'autres qui polluent l'environnement du Liban. Nous t'avons donné plusieurs idées pour aider ce pays à redevenir un pays propre au sens de l'environnement. Regarde ce que tu peux appliquer et aide tes parents et tes amis à faire de même.



Nous serons ravis d'apprendre ce que tu fais ou feras pour cette cause et aussi d'apprendre de toi d'autres idées auxquelles nous n'avons pas pensé.

Envoie-nous des textes et des photos de tes actions si tu peux;

e-mail:
do.somethinggreentoday.lebanon@gmail.com

Instagram:
@do.something.green.today

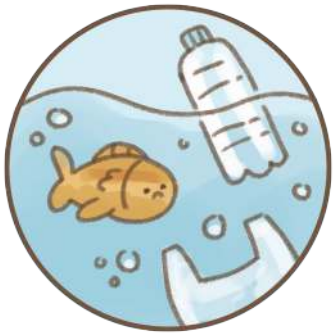




Protéger l'environnement au Liban :

COMPRENDRE ET AGIR

POLLUTION DE LA MER



GESTION DES DÉCHETS



MOBILITÉ

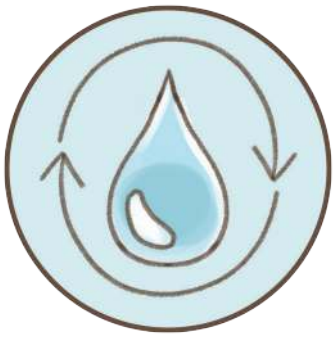




GESTION DES FORÊTS



ÉNERGIE



GESTION DE L'EAU



Respectons ensemble l'environnement, protégeons-le et rendons le Liban beau pour les générations à venir !

DO SOMETHING GREEN TODAY

FOR A BEAUTIFUL LEBANON