Publié sur *écoconso* (https://www.ecoconso.be)

COMMENT PRÉPARER UN NOËL DURABLE ET ABORDABLE ?

ARTICLES

[*mise à jour : 12/2018*]

Préparer un Noël festif, gourmand tout en étant respectueux de la planète et moins cher, c'est possible. Conseils et mode d'emploi.

Cadeaux de Noël, repas gourmands, emballages et rubans par milliers, déco féérique tendance, tenue de fête spéciale pour l'occasion… Les fêtes de fin d'année sont un moment magique ! Mais c'est aussi une des périodes de l'année où l'on dépense et pollue le plus :

- Tous ces cadeaux de Noël, il faut les fabriquer, les transporter… Puis on les apprécie… ou on s'empresse de les revendre.
- Une énorme quantité de restes des repas de fête finissent à la poubelle.
- Le lendemain de Noël serait l'un des jours les plus chargés pour la collecte des **déchets**.[1]
- Les fêtes sont coûteuses : le Belge prévoit de dépenser 432€ en moyenne pour les fêtes de fin d'année,[2] dont la majeure partie du budget de Noël est consacrée aux cadeaux, à la nourriture et aux boissons…

Pourtant, près de huit personnes sur dix se plaignent de l'aspect commercial des fêtes.[3] Ça vaut la peine de préparer Noël avec plus de simplicité et d'authenticité et de mieux maîtriser ses dépenses tout en conservant les traditions.

Pour un Noël moins cher et plus écologique, il suffit de quelques bons plans, de ses dix doigts et un peu d'anticipation. Et, promis, toute la magie des fêtes reste intacte.

Sommaire :

- La déco de Noël
  - Un sapin écologique et moins cher
  - Faire l'inventaire de ses déco, les réparer et les réutiliser
  - Fabriquer sa déco de Noël
  - Récup et seconde main

- Les cadeaux
  - Anticiper
  - Offrir moins de cadeaux ?
  - Bons et chèques cadeaux
  - Cadeaux d'occasion
  - Cadeaux faits maison
  - Cadeaux durables

- Et l'emballage dans tout ça ?

- Le repas
  - S'organiser et bien choisir ses produits
  - À l'apéro
  - Pour l'entrée
  - Le plat
  - Dessert
  - Cuisiner les restes
  - Les boissons
  - Dresser la table

- Trouver sa tenue de fête

- - - - - - - - - - - - - - - - - - -

La déco de Noël

Un sapin écologique et moins cher

Bonne nouvelle : le sapin de Noël **le plus écologique est aussi le plus économique**. On peut **fabriquer son sapin**. On peut le faire en palettes, fixer des branches au mur en forme de sapin, en dessiner la former avec une guirlande, empiler des livres ou des magazines, décorer ses plantes d'intérieur pour en faire des « arbres de Noël »… Cela nécessite un peu de temps mais c'est gratuit (ou presque). Et si on est content du résultat, on n'hésite pas à participer au concours d'arbres de Noël alternatifs !

> Voir des idées pour fabriquer son arbre de Noël.

Pourquoi est-ce si intéressant pour l'environnement ? D'abord parce que la récup permet de ne rien produire de nouveau mais d'utiliser des objets ou matériaux existants. Ensuite, parce que le sapin naturel et le sapin artificiel sont tous deux peu écologiques :

- Pour amortir son impact environnemental, le sapin artificiel devrait être réutilisé au moins 8 à 20 ans. Or, il est remplacé tous les 6 ans en moyenne.[4]
- Les sapins naturels proviennent souvent de cultures intensives qui détériorent les sols. On commence à voir se développer des initiatives plus durables, avec des sapins cultivés en agroécologie. À Anhée, on peut même aller les couper soi-même. Cette formule plus durable et en circuit court permet de choisir un arbre de 2,30 m pour 30€ environ.

Mais si on n'est pas bricoleur, on veillera à acheter un sapin de Noël respectueux de l'environnement

> Lire Quel sapin de Noël choisir naturel ou artificiel ?

Faire l'inventaire de ses déco, les réparer et les réutiliser

Utiliser les décorations que l'on a déjà, c'est le meilleur réflexe pour le budget et l'environnement. Rien ne sert de se suréquiper. Avant tout achat, on commence donc par faire l'inventaire des guirlandes, boules et autres décoration de Noël qu'on possède déjà.

Une guirlande ne s'allume plus ? Il manque une cordelette à certaines boules ? Un bougeoir est un peu tordu ? On répare ce qui est cassé au lieu de le remplacer.

Fabriquer sa déco de Noël

Créer ses propres décorations permet d'habiller sa maison aux couleurs de Noël sans plastique et presque sans sortir un euro. On utilise des **éléments de la nature** comme des branches de sapin, des pommes de pin, des rondins de bois. Ou on donne une **deuxième vie à des objets du quotidien** (rouleaux de papier de toilette, boîtes de conserve, tissus…).

À noter : une couronne de Noël peut coûter **20€ dans un magasin de bricolage**. Alors que la fabriquer avec des branches de sapin, du houx et des pommes de pin ne coute qu'un peu de fil de fer et de ruban.

Pas d'inspiration ?

- On fait le plein d'idées dans la partie "déco" notre article Préparer un Noël fait maison
- De nombreux ateliers sont organisés pour les familles ou entre adultes. On y réalise guirlandes, boules pour le sapin, couronne en matériaux de récup…

Allez, exit la déco en plastique, fragile, polluante et souvent très chère pour la qualité vendue !

Source

Récup et seconde main

Pas tenté ou pas le temps pour le fait maison ? Alors **on chine ses décos** dans les ressourceries et magasins de seconde main qui pratiquent l'économie sociale, les donneries, voire sur des sites de 2e main (2ememain.be, ebay.be, jannonce.be…). Ces endroits regorgent d'objets utiles pour les fêtes à tout petits prix.

> Lire aussi **Pourquoi acheter en seconde main ?**

> Découvrez comment **profiter de 20% de réduction en achetant en seconde main pour les fêtes**

Petite astuce : si on investit dans une **déco plutôt neutre** (blanc, doré ou argenté), on pourra plus facilement l'assortir et la réutiliser d'année en année.

Coin noël et jouets à la ressourcerie RESTOR

Les cadeaux

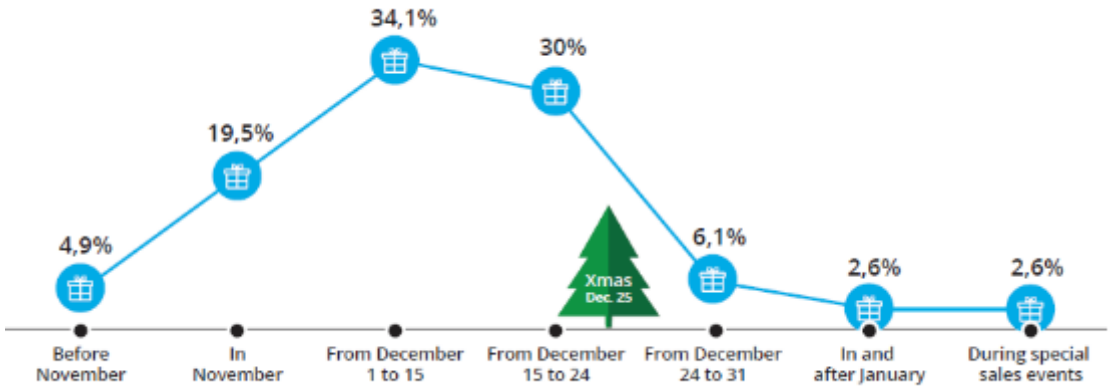
On offre en moyenne **11 cadeaux** à Noël. Mais 22% des Belges ont reçu au moins un cadeau dont ils n'avaient pas envie.[5] Alors certains n'hésitent pas à les revendre sur des sites de seconde main. Donc tout cela vaut-il vraiment la peine ? Si on faisait moins de cadeaux mais qu'on les choisissait mieux ?

Anticiper

Un cadeau qui ne plaît pas, c'est triste pour celui qui le reçoit et celui qui l'offre. Et c'est un gaspillage pour l'environnement. Pour mieux choisir, on se renseigne sur les goûts et les envies :

- On note des idées cadeaux au fur et à mesure de l'année, quand on voit la personne et qu'elle nous donne des suggestions l'air de rien. Il suffit de les noter dans son téléphone, comme ça on les a facilement sous la main.
- Si on voit rarement la personne, on essaye de se renseigner auprès de ceux qui la connaissent mieux. Pour les enfants, on n'hésite pas à demander conseil aux parents.
- Si on ne tient pas plus que ça à l'aspect surprise, on peut demander directement ce qui plairait. Quitte à réclamer une liste dans laquelle on pioche.
- Dans le doute, on opte pour un chèque-cadeau. Des idées ci-dessous.

On prend ces infos bien à l'avance. Les Belges aiment **acheter leurs cadeaux à la dernière minute : 42%** font leur shopping de Noël au-delà du 14 décembre.[6]



C'est une mauvaise habitude : les prix sont au plus haut et comme on est pris par le temps, on craque pour de mauvais achats. Le malheureux « tant pis, mieux vaut prendre ça que d'arriver les mains vides ».

Alors que si l'on connaît bien **à l'avance** les cadeaux qu'on cherche, on peut **profiter des promos** ou se donner le temps de **trouver en seconde main**. Et en plus, on peut étaler les dépenses. Tout bénéfice pour le portefeuille !

Offrir moins de cadeaux ?

Une idée sympa est de fonctionner selon la formule du **Père Noël secret**. Quelques semaines avant Noël, chacun tire au sort le nom d'une personne et n'offrira de présent qu'à elle. Son identité doit rester secrète jusqu'au réveillon.

Cela évite les débordements et permet de maîtriser les dépenses. Pour un coût total moins élevé, on choisit un seul plus beau cadeau au lieu de courir pour trouver dix babioles made in China. Cela marche particulièrement bien dans les grandes familles ou les groupes d'amis.

Et cela se transforme en jeu le soir du réveillon, quand il s'agit de deviner qui est le Père Noël secret de qui !

On a tous aussi ce membre de la famille qui dit « moi, je ne veux pas de cadeau ». Et si on respectait cette volonté ? Peut-être même est-on cette personne et est-on frustré de ne pas être écouté ? Pour ne pas sacrifier la tradition du déballage de cadeaux, une alternative est **certificat d'exemption de cadeau**. Il crée la surprise chez ceux qui ne le connaissent pas. Ou, plus intime, on peut écrire une lettre de gratitude.

> Découvrir le Certificat pour un nouvel art d'offrir mis à disposition par les Amis de la Terre ou le Certificat d'exemption de cadeau proposé par Empreintes.

Bons et chèques cadeaux

C'est le 3e cadeau préféré des Belges, après le cash et les livres. [7] Il y a les habituels, que l'on connaît bien : chèque-cadeau pour un resto, pour une nuit dans un hébergement insolite, pour une sortie culturelle…

Et puis il y a les originaux, comme le bon cadeau Lokado (à partir de 35€). Il favorise les **expériences durables en circuit court à Bruxelles** et ses environs. Celui qui le reçoit pourra par exemple apprendre à faire ses produits ménagers ou ses cosmétiques, recevoir un panier bio à l'essai, participer à une visite et dégustation dans une ferme urbaine, fabriquer un jouet robot à partir de récup…

On peut aussi **imaginer ses propres bons**, qui font très plaisir alors qu'ils ne coûtent presque rien : bon pour un week-end de babysitting (les parents fatigués adorent !), bon pour quelques heures de couture (salvateur quand on ne sait pas faire un ourlet), bon pour un massage maison, bon pour apprendre à jouer de la guitare ou pratiquer son anglais ensemble…

Enfin, une idée cadeau symbolique, originale et écologique : **offrir un arbre**, via Reforest'Action par exemple. Parmi tous les projets proposés sur le site, on choisit autant d'arbres qu'on le souhaite (3€/unité) ainsi que le lieu et on reçoit une carte à offrir récapitulant son action.

> **Voir d'autres idées de bons et chèques-cadeaux.**

Cadeaux d'occasion

On trouve facilement en seconde main des cadeaux qui sont comme neufs. Ils sont évidemment beaucoup moins chers qu'en magasin.

Quelques exemples :

- Une cuisine en bois pour les enfants : 50€ au lieu de 120-150€
- Un bateau Playmobil : 14€ au lieu de 60€
- Une veste Superdry : à partir 50€ au lieu de 120€

On les dégote dans :

- les magasins d’économie sociale du réseau Ressources (voir adresses sur larecup.be) ;
- les brocantes (plutôt d’avance alors) ;
- les boutiques privées ;
- les sites de revente (2ememain.be, ebay.be, jannonce.be…).

> Lire aussi : Où trouver des jeux et jouets écologiques ou de deuxième main ?

On peut également offrir un objet avec une **valeur sentimentale**. Par exemple transmettre un bijou de famille ou le jouet préféré de son enfance. Cela ravit encore plus qu’un cadeau neuf… et c’est gratuit.

Cadeaux faits maison

Pourquoi ne pas fabriquer soi-même ses cadeaux ? Le DIY (Do It Yourself), c'est facile, ludique et super économique. Cela demande juste un peu de temps.

Quelques idées recettes comprises :

- un bocal SOS cookies ;
- un baume à lèvres ;
- une éponge tressée tawashi et/ou un kit d’ingrédients pour fabriquer ses produits d’entretien écologiques ;
- des conserves maison ;
- des confitures ;
- un emballage en tissu et cire d’abeille pour emporter ses collations…

Pour maximum 10€ le tour est joué !

> Voir plus d’idées de cadeaux faits maison

Cadeaux durables

Pour les enfants, on choisit des jeux et jouets sains, écologiques et éthiques mais surtout solides. Ils pourront ainsi s’amuser avec pendant longtemps et on ne devra pas les remplacer ou les réparer trop vite. Voilà qui est plus rentable.

Bien dans l’air du temps et économique, on peut s’orienter vers des **cadeaux zéro déchet**. À offrir à l’unité, en vrac ou en composant son propre panier. On peut aussi se tourner vers des coffrets zéro déchet tout faits mais ils sont un peu plus chers.

> Voir nos idées pour composer ses kits zéro déchet.

Et l’emballage dans tout ça ?

Les emballages, c’est loin d’être écolo ! Il existe plusieurs alternatives autant voire beaucoup plus jolies :

- On **réutilise** d’anciens papiers cadeaux, rubans, sacs et on emploie tout ce qui nous tombe sous la main : papier journal, vieux livre, magazines ou encore carte routière pour emballer nos cadeaux que l'on personnalise avec de la laine ou du raphia.
- On les fabrique soi-même avec des rouleaux de papier de toilette ou des boites à chaussures décorées d'un beau papier de récup avec un nœud en tissu réutilisable.
- On peut aussi s'inspirer de la tradition anglaise qui consiste à disposer les cadeaux dans une **grande chaussette réutilisable**.
- Ou on opte pour la technique japonaise **d'emballage en tissu**, appelée furoshiki. On utilise pour cela ses foulards ou on les confectionne tout simplement dans d’anciens draps ou rideaux. **Voir en vidéo** comment emballer ses cadeaux avec un furoshiki.

Le repas

Après les cadeaux, c’est pour le repas que l’on dépense le plus d’argent à Noël. Pourtant, c’est simple de se régaler de façon durable sans trop dépenser !

S’organiser et bien choisir ses produits

Quelques astuces pour prévoir un repas gourmand et écolo qui ne vide pas les poches :

- On commence par **établir un menu avec son budget en tête**. Un repas de Noël traditionnel (foie gras, saumon, dinde) implique souvent des ingrédients onéreux. Pourquoi ne pas sortir des sentiers battus en concoctant un repas avec des alternatives moins chères mais tout aussi délicieuses ? On met à l’honneur les **produits locaux et de saison**, qui ont toute leur saveur et sont moins chers : courges, champignons, topinambours…
- On **calcule bien la quantité de nourriture** dont on aura besoin. Au moment des fêtes, les poubelles se remplissent pour 17% d’aliments gaspillés ![8] C’est un double gaspillage : pour l’environnement et pour le portefeuille.
- On fait une **liste de courses** sur base de son menu **et on s’y tient** une fois au magasin. C’est la clé pour ne pas succomber à la tentation de tous ces mets alléchants qui croiseront sa route et éviter les gaspillages. Voir ici quelles quantités prévoir par personne.
- **On s’y prend à l’avance**. Faire « maison » ça demande une peu d’organisation mais c’est un très bon moyen de limiter le coût des repas de fêtes. Certains ingrédients ou préparations peuvent d’ailleurs être préparés d’avance et surgelés. Ou alors on joue la carte de l’improvisation et on profite des bons plans de dernière minute : le 24 décembre en fin de journée ou la veille d’un jour férié, beaucoup de produits sont bradés.
- On essaye le **circuit court** en achetant directement auprès des producteurs de sa région. Voir quelques bonnes adresses.
- Noël est une fête familiale, on peut aussi faire participer tout le monde et **partager les plats à préparer** ou le montant des courses.

Voir d’autres idées :

- **7 astuces pour manger bio et pas cher**
- **Comment préparer un repas de fêtes durable ?**

À l’apéro

Chips, toasts, noix et fruits secs, biscuits salés, olives… On économise si on les achète **en vrac** ou si on les prépare soi-même.

Tout est une question de présentation :

- les incontournables bâtonnets de crudités de saison façon sapin (carottes, chou-fleur, chicons…) ;
- des blocs de fromages bio qu’on découpe soi-même et qu’on dispose en couronne avec du thym par exemple ;
- des crakers faits maison ;
- des sauces maison et tartinades végé ;
- des champignons farcis ;
- un sapin feuilleté, qu’on garnit d’un pesto maison.

Côté prix, on peut compter le double, voire le triple, si on achète des apéros tout prêts. Par exemple :

- un sapin feuilleté au pesto coûte 5,02€ à préparer (pâte feuilletée et pesto bio en pot), voire 3,44€ si on fait son pesto maison
- les 16 pièces de zakouskis feuilletés sont vendues à près de 8€.

Voir d’autres idées de présentation sur Pinterest.

Il existe aussi le Faux gras Bio de Gaia ? À 30€/kg, il est vegan et beaucoup plus avantageux que le vrai foie gras (67 à 100€/kg).

Pour l’entrée

Un velouté de légumes d'hiver est idéal pour une entrée abordable, comme une soupe potimarron gingembre ou une soupe de moutarde aux croutons et graines de courge.

Le plat

Pour la planète, son portefeuille et le plaisir de ses papilles, il est tout à fait possible d’élaborer un menu végétarien festif. Dans beaucoup de familles, il y a quelqu’un qui ne mange pas de viande. Alors raison de plus pour découvrir de nouvelles saveurs, comme avec ces patates douces Hasselback compote d’airelles et perles de couscous à l’huile de truffe. Les sites d’EVA et d’Antigone regorgent

d’idées de menus festifs.

Si on préfère la viande, on mise sur une viande moins chère mais locale et bio : poulet, dinde ou bœuf. On n’exagère pas sur la quantité (avec un apéro, un potage, une entrée puis encore un dessert, 75g de viande par personne suffisent). On fait la part belle aux accompagnements à base de légumes de saison : par exemple des pommes de terre cuisinées en joli mille-feuille, une ratatouille d’hiver au butternut et une salade de saison (mâche, pourpier).

Si on opte pour du poisson, on évite ceux de la liste rouge et orange du guide de Bruxelles-Environnement (liste à partir de la page 15).

Dessert

Le fait maison est une solution gourmande et économique : bûche, petits sablés, biscuits, pudding, cupcakes, glaces, truffes, mousse, pain d’épices…

> Voir quelques idées sur Marmiton.

Original : on peut aussi décliner des légumes de saison dans ses desserts comme des panais dans un tiramisu ou des betteraves dans un moelleux au chocolat. Cela reste gourmand mais avec un peu moins de sucre !

Cuisiner les restes

On jette le moins possible. De nombreux sites proposent des recettes pour cuisiner les restes en quiche, tartes, jus, mousse…

> Voir nos astuces pour conserver et préparer les restes des repas de fêtes.

Les boissons

Les fêtes de fin d’année sont toujours l’occasion de déboucher une bonne bouteille. Or, la production et la commercialisation d’une seule bouteille de champagne généraient 2,5 kg équivalent CO_2, à cause de son emballage mais aussi de la culture de la vigne et de la fabrication du vin effervescent.

Pour réduire ces impacts environnementaux, on privilégie du champagne et du vin bio pour la même gamme de prix que du conventionnel. Quelques prix relevés en rayon pour des options bio : 32€ le Champagne, 8€ la Clairette, 6,4€ le Cava, 6€ le Sauvignon blanc ou le Pinot rouge.

Pour les softs, la solution la plus saine et certainement plus économique consiste à préparer ses boissons maison (sirops et limonades, ice tea, jus…). Par exemple, un litre d’ice tea coûte 0,53€ pour un premier prix et monte jusqu’à 3,5€ pour la marque la plus connue. Alors qu’en version maison, bio de surcroît, on ne débourse que 0,4€ le litre.

Dresser la table

La vaisselle jetable à Noël, ça ne le fait pas. Et c’est tant mieux pour l’environnement ! Mais comment rendre la table festive à petit budget ?

Un simple grand drap blanc fait l'affaire pour une table sobre, qu'on embellit avec une jolie déco maison faite à partir d'éléments naturels ou de récup ! On peut aussi fabriquer simplement **une nappe et des serviettes** assorties dans un **tissu** dégoté en occasion.

Si on a pas suffisamment de vaisselle chez soi, pourquoi ne pas demander à chacun des convives d'apporter une assiette, une fourchette, un couteau et un verre ? Ou on les chine pour quelques euros en seconde main, c'est la mode du dépareillé.

Il est toujours possible de **louer sa vaisselle** et ses tables pour des évènements qui requièrent plus de matériel, par exemple pour le Nouvel An :

- On trouve déjà des assiettes, verres à champagne, à vin et des couverts à louer pour 0,21€/pièce.
- Alors que les assiettes en plastique jetables coûtent facilement de 0,13€ (plastique) à 0,17€ (carton), les verres à champagne en plastique 0,29€ et ceux à vin 0,37€.

Enfin, pour l'apéro, on peut aussi utiliser des coques de fruits ou feuilles de légumes comme **bol éphémère ou comestible** ! On peut se servir de ses bocaux en verre comme verrines.

Trouver sa tenue de fête

Pendant les fêtes, on a envie de se mettre sur son 31. Mais avant de filer dans les magasins pour acheter une tenue qui ne servira qu'une fois ou deux, on teste des suggestions plus durables et plus économiques :

- **RÈGLE D'OR : On jette un œil dans son armoire** pour vérifier qu'il n'y a pas une belle tenue de soirée qui s'y cache ou un classique qu'on peut revisiter avec quelques accessoires sympas. Béa Johnson, la reine du zéro déchet, arrive à porter sa simple petite robe noire de plus de 20 façons différentes !
- On **emprunte** une tenue à une copine. Ou on la troque. C'est gratuit !
- Si on a l'intention de ne porter sa tenue qu'une fois, on peut oser le look d'un soir et **on loue sa tenue**. On peut trouver des robes d'une valeur de plus de 150€ pour 35€ la location de 5 à 10 jours.
- On trouve de belles tenues de fêtes aux **vides-dressing** et en magasin de 2e main ou vintage. En fin d'année, les pièces festives sont mises en avant, même dans les magasins de seconde main généralistes. Et elles coûtent seulement une fraction du prix neuf.

C'est un très bon plan pour le budget, comme le montre ces quelques exemples de prix pour une robe de soirée :

- l'acheter dans une enseigne classique[9] : 80€
- la louer : 50€
- l'acheter en seconde main : 15€
- accessoiriser une tenue que l'on a déjà : 0€ (ou presque)
- l'emprunter à une copine : 0€

> Plus d'infos : Tenue de soirée : comment s'habiller chic, slow et pas cher ?

- - - - - - - - - - - - - - - - -

[1] Chiffre pour la France. Source : « À Noël » dans la collection de fiches prévention des risques et lutte contre les pollutions éditées par Ministère (français) de l'écologie, du développement durable et de l'énergie:

[2] Deloitte Christmas Survey 2017

[3] ILIV (Observatoire de la vie à la maison), Étude sur les fêtes, 2012. [Dossier de presse]

[4] Source : ADEME

[5] Selon une enquête commandée par 2ememain et troc.com en 2016 et relayée par la RTBF.

[6] Deloitte Christmas Survey 2017

[7] Deloitte Christmas Survey 2017

[8] À Bruxelles les aliments consommables représentent 17% de la poubelle « non triée » en période de fêtes, au lieu de 12% en temps normal. En Grande-Bretagne on jetterait 2 millions de dindes lors des fêtes. Notamment parce qu'on ne sait pas nécessairement comment cuisiner les aliments de fêtes. Cet article espagnol indique même que 40% des aliments achetés finissent à la poubelle, car on achète de trop.

[9] Chez ZARA

Liens
[1] https://www.ecoconso.be/fr/content/conditions-dutilisation-de-nos-contenus
[2] https://www.ecoconso.be/fr/content/participez-au-concours-de-sapin-de-noel-alternatif
[3] http://www.ecoconso.be/fr/Le-plaisir-d-un-Noel-fait-maison#_Toc531806003
[4] http://www.ecoconso.be/fr/content/preparer-un-noel-fait-maison-diy#_Toc531806003
[5] http://www.ecoconso.be/fr/content/quel-sapin-de-noel-choisir-naturel-ou-artificiel
[6] http://www.ecoconso.be/fr/content/preparer-un-noel-fait-maison-diy#_Toc531806002
[7] https://www.homelisty.com/deco-noel-pas-cher/
[8] https://www.res-sources.be/fr/acheter/
[9] https://www.asblrcr.be/donnerie
[10] https://www.2ememain.be/
[11] https://www.befr.ebay.be/
[12] https://www.jannonce.be/
[13] http://www.ecoconso.be/fr/content/pourquoi-acheter-en-seconde-main
[14] http://www.ecoconso.be/fr/content/une-reduction-de-20-sur-les-cadeaux-de-seconde-main
[15] https://restor.be/
[16] http://www.ecoconso.be/fr/content/10-idees-cadeau-presque-zero-dechet-pour-noel#lettre-gratitude
[17] http://www.amisdelaterre.be/Carte-Pour-un-nouvel-art-d-offrir
[18] http://www.empreintes.be/certificat_cadeau/
[19] https://www.lokado.be/

[20] https://www.reforestaction.com/offrir-un-arbre
[21] http://www.ecoconso.be/fr/content/10-idees-cadeau-presque-zero-dechet-pour-noel#experience
[22] http://www.ecoconso.be/fr/content/quest-ce-que-leconomie-sociale
[23] http://www.ecoconso.be/fr/content/ou-trouver-des-jeux-et-jouets-ecologiques-ou-de-deuxieme-main
[24] http://www.ecoconso.be/fr/content/le-bocal-cookies-un-cadeau-zero-dechet-et-pas-cher-diy
[25] http://www.ecoconso.be/fr/content/recette-facile-pour-faire-son-baume-levres-maison-diy
[26] http://www.ecoconso.be/fr/content/comment-fabriquer-une-eponge-tawashi-diy
[27] http://www.ecoconso.be/fr/content/les-7-produits-dentretien-naturels-indispensables-la-maison
[28] http://www.ecoconso.be/fr/content/comment-conserver-ses-fruits-et-legumes-de-saison
[29] http://www.ecoconso.be/fr/content/comment-conserver-ses-fruits-confitures-sirops-et-fruits-confits
[30] http://www.ecoconso.be/fr/content/comment-faire-son-emballage-reutilisable-la-cire-dabeille-diy
[31] http://www.ecoconso.be/fr/content/preparer-un-noel-fait-maison-diy#_Toc531806010
[32] http://www.ecoconso.be/fr/content/choisir-des-jeux-et-jouets-sains-ecologiques-et-ethiques
[33] http://www.ecoconso.be/fr/content/10-idees-cadeau-presque-zero-dechet-pour-noel#kit-ZD
[34] http://www.ecoconso.be/fr/content/preparer-un-noel-fait-maison-diy#_Toc531806015
[35] http://www.ecoconso.be/fr/content/le-furoshiki-lemballage-cadeau-original-chic-et-zero-dechet
[36] http://www.ecoconso.be/fr/content/comment-preparer-un-repas-de-fetes-plus-durable#_Toc500339086
[37] http://www.ecoconso.be/fr/content/7-astuces-pour-manger-bio-et-pas-cher#_Toc514274012
[38] http://www.ecoconso.be/fr/content/7-astuces-pour-manger-bio-et-pas-cher
[39] http://www.ecoconso.be/fr/content/comment-preparer-un-repas-de-fetes-plus-durable
[40] http://www.ecoconso.be/fr/content/recette-la-mayonnaise-maison-inratable
[41] https://cuisine.journaldesfemmes.fr/recette/1014470-sapin-feuillete
[42] https://www.pinterest.fr/pin/722616702682366806/?lp=true
[43] https://www.gaia.be/fr/actualite/ou-trouver-et-deguster-du-faux-grasr-gaia-cette-annee
[44] https://www.marieclaire.fr/cuisine/soupe-de-potimarron-au-gingembre,1211380.asp
[45] https://www.evavzw.be/fr/recette/soupe-de-moutarde-aux-croutons-et-graines-de-courge
[46] https://www.colruyt.be/fr/en-cuisine/patate-douce-hasselback-a-la-compote-dairelles-et-perles-de-couscous-a-lhuile-a-la-truffe
[47] https://www.evavzw.be/fr/collection/un-buffet-festif-veggie-et-surprenant-pour-vos-invit%C3%A9s
[48] https://antigone21.com/2014/12/01/30-recettes-veganes-pour-noel-les-fetes/
[49] http://www.ecoconso.be/IMG/pdf/ecoconso_calendrierFLsaison.pdf
[50] https://www.marieclaire.fr/cuisine/mille-feuille-de-pommes-de-terre,1196905.asp
[51] https://www.elle.fr/Noel/Cuisine/Recettes-de-Noel/Ratatouille-d-hiver-au-butternut-2618804
[52] https://document.environnement.brussels/opac_css/elecfile/GIDS_PoissonDurable_FR.pdf#15
[53] https://www.marmiton.org/noel/desserts-de-noel-tp123208.html
[54] https://www.evavzw.be/fr/recette/tiramisu-de-panais
[55] https://www.marmiton.org/recettes/recette_moelleux-au-chocolat-et-betterave_343095.aspx
[56] http://www.ecoconso.be/fr/content/comment-preparer-un-repas-de-fetes-plus-durable#_Toc500339096
[57] http://www.ecoconso.be/fr/content/comment-conserver-ses-fruits-confitures-sirops-et-fruits-confits#_Sirops_de_fruits
[58] http://www.ecoconso.be/fr/content/recette-faire-son-ice-tea-maison-diy
[59] http://www.ecoconso.be/fr/content/preparer-un-noel-fait-maison-diy#_Toc531806009
[60] http://www.ecoconso.be/fr/content/tenue-de-soiree-comment-shabiller-slow-chic-et-pas-cher
[61] https://www2.deloitte.com/content/dam/Deloitte/be/Documents/CandIP/Press%20release_Deloitte%20Christmas%20Survey%202017_FR.pdf
[62] http://www.iliv.be/sites/default/files/research-article/file/iliv_celebrations_fr.pdf
[63] https://www.ademe.fr/dossier/eco-gestes-idees-recues/idees-recues-consommation
[64] https://www.rtbf.be/info/societe/detail_deco-vetements-et-bd-les-pires-cadeaux-de-noel?id=9489890
[65] http://bibvir.ibgebim.be/opac_css/elecfile/Brochure%20GreenCook%20FR
[66] https://www.theguardian.com/environment/blog/2012/dec/20/obscene-amount-christmas-food-waste
[67] https://www.theguardian.com/environment/2016/dec/20/brits-christmas-dinner-turkey-sprouts-bin
[68] https://www.courrierinternational.com/article/2008/12/18/quelques-bonnes-resolutions-pour-noel

Cette publication est mise à disposition sous un contrat Creative Commons