

# Un anniversaire écolo de l'invitation au cadeau

**Déguisement, jeux, gâteau, cadeau... Un anniversaire d'enfant rime parfois avec démesure et achats non responsables. Conseils pour une fête zéro déchet.**



Un anniversaire écolo de l'invitation au cadeau

Aah les fêtes pour enfants et leurs goûters, rires, jeux... En tant que parents (parrain, marraine, oncle, tante, grands-parents...), on a envie de voir pétiller les yeux de nos enfants. Attention cependant à ne pas oublier les **bonnes habitudes** prises autrement. On fait le plein d'idées pour faire la fête avec nos enfants **sans en faire pâtir la planète** ! On fait de son mieux et on ne culpabilise pas.

## Sommaire

- [Thème : libre cours à l'imagination !](#)
- [Invitation : virtuelle ou papier ?](#)
- [L'activité : dedans ou dehors ?](#)
- [Le goûter zéro déchet](#)
- [Cadeaux : et si on faisait autrement ?](#)
- [Décoration maison](#)
- [Déguisement en matériaux de récup'](#)

-----

Une première petite astuce ? On prépare l'anniversaire bien à l'avance et **on inclut l'enfant dans l'organisation**. On évite bien sûr d'expliquer la future fête avec des mots tels que « moins polluante

», « moins de gaspillage », « moins de... ». On présente plutôt les bricolages comme un défi amusant : « Quel thème aimerais-tu ? Comment va-t-on protéger la planète ? Et si on essayait de ne rien jeter ? As-tu des idées ? ». On aidera ainsi nos bambins à se sentir responsables, à s'investir et à être fiers de leurs réalisations qui respectent la planète.

## Thème : libre cours à l'imagination !

Les héros et héroïnes ? Les animaux de la ferme ? Les personnages de dessin animé ? Les vikings ? On voit avec notre petit bout ce qui l'enchant pour le moment et la magie va opérer ! Ensuite, on peut **décliner autour de ce thème** tout ce qui va suivre : décoration, invitations, déguisement, nourriture...

## Invitation : virtuelle ou papier ?

« Je t'invite à mon anniversaire qui aura lieu le... », un classique. Choisira-t-on la version papier ou électronique ?

### L'invitation électronique

En général, on est déjà en contact avec les parents des copains et copines. Alors, pourquoi ne pas simplement écrire **un e-mail ou faire un petit groupe What's App** (ou autre) pour annoncer l'événement ? On économise du papier et la transmission de l'info peut parfois être plus efficace ! On peut même poster une petite vidéo de l'enfant qui invite ses copains et copines pour un après-midi festif.

### Le carton d'invitation

Si la distribution d'invitations dans la cour de récré est incontournable, on privilégie la **recup' et le papier recyclé** (labellisé [Ange bleu](#) ou [Nordic Swan](#)). On y ajoute au choix un petit message écrit à la main (vive l'apprentissage de l'écriture !) ou imprimé avec l'aide des parents.

Envie d'originalité ? On pense au « Do It Yourself » ! Et si on décorait le carton d'invitation avec des couleurs, des fleurs, des collages ? De nombreux tutos existent sur internet et Pinterest. Si on a défini un thème, on essaie d'être raccord dès l'invitation.



De gauche à droite : une invitation monstres (Source : [Un jour un jeu](#)), invitation magicien (Source : écoconso), invitation tipi (Source : [Rêves de fripouilles](#))

Dans tous les cas, on essaie de **ne pas succomber au marketing**. On évite les cartons plastifiés vendus à prix plancher arborant les personnages des dessins animés du moment...

Ceci dit, nos enfants ne vivent pas dans une grotte ! Peut-être veulent-ils absolument que Chase et Stella (Pat' Patrouille) ou encore Elsa (La Reine de Neiges) soient au cœur de leur moment spécial ? C'est parfois difficile à refuser. Mais ça n'empêche pas de **recourir au fait maison**. Pinterest sera votre ami, tout est possible avec un peu d'imagination ! La fête commence déjà au moment où on passe du temps ensemble pour créer les cartons d'invitation.



De gauche à droite : invitation Reine des Neiges (Source : [Papiers Cailloux Ciseaux](#)), invitation Pat' Patrouille (Source : [Papier et petits mots](#)) et invitation Super héros (Source : [Tête à modeler](#))

Si on n'a pas la fibre bricoleuse mais qu'on tient à avoir une invitation papier, on peut passer par des sites comme Canva qui permettent d'arriver à un visuel très satisfaisant sans dépenser un euro. Il ne reste qu'à imprimer, de préférence sur du papier recyclé !

## Les infos

En plus de la date, de l'heure et du lieu, on peut également mentionner :

- si il y a un **thème**, qu'un déguisement fait maison est le bienvenu ;
- les possibilités de venir à vélo, à pied, en transport en commun ; ou encore la possibilité de covoiturier ;
- on peut aussi orienter les invités vers un **cadeau commun et/ou immatériel** ([voir plus bas](#)) et encourager l'utilisation de furoshiki ou d'emballages réutilisables.

> Voir : [Le furoshiki : l'emballage cadeau original, chic et zéro déchet](#)

## L'activité : dedans ou dehors ?

Avec une ribambelle d'enfants à la maison, mieux vaut prévoir quelques activités amusantes.

### Jeux

- Et si on testait des **jeux coopératifs** ? Au lieu d'être en compétition, les enfants devront s'unir pour remporter la partie ! Exemples : la série Little coopération de Djeco, Mon (Premier) Verger, Les petites souris, Les jeux du Loup, Le monstre des couleurs, Concept Kids, Unlock Kids, la Colline aux feux follet, les Clefs magiques, Nom d'un renard... On retrouve ici la liste des [meilleurs jeux coopératifs pour enfants](#).
- On peut aussi faire un tour sur le site du [Réseau IDée](#) qui regorge de ressources.
- Si on a un peu de place, il est possible de louer des **jeux géants en bois** dans certaines ludothèques (par exemple à l'association [COALA](#)). Succès garanti !



Jeux géants en bois (Source : [COALA](#)) de gauche à droite : puissance 4, le jeu du gruyère et mikado.

## Ateliers créatifs

Et si on organisait un atelier soi-même ? Pas besoin de grands talents ! Il existe de nombreuses inspirations en ligne et sur les réseaux sociaux. Voici quelques idées qui font mouche.

- La **pâte à sel**, un classique. On la prépare (1 verre de sel, 1 verre d'eau tiède et 2 verres de farine), on réalise des objets ou figurines et hop, au four ! En fin d'après-midi, on passe à la peinture et chacun peut reprendre son œuvre.
- **Planter** des fleurs, graines germées, légumes, herbes aromatiques, faire une bombe de graines... Un petit pot par enfant (ou un pot de yaourt sauvé de la poubelle), du terreau, des graines et de l'eau, voilà tout ce qu'il faut pour créer un joli souvenir à regarder pousser !
- Un **atelier de cuisine** ravira les papilles des enfants. Ils pourraient même participer à la confection du gâteau d'anniversaire ou préparer des biscuits avec toutes sortes de formes. On pense à se renseigner sur les éventuelles allergies des copains et copines.
- Et si on faisait un **bricolage** ? Le top : utiliser des matériaux de récup' (on pense aux boîtes à œufs qui s'entassent à la cave ou à des rouleaux de papier WC) ou de la nature (des noix, coquillages, cailloux...). Selon le thème du jour, une multitude de créations sont possibles. La limite ? Votre imagination (et Pinterest ou Internet). En plus, chaque enfant repart à la maison avec sa jolie création.



*Bricolages en matériaux de récup'. De gauche à droite : chenille (Source : [AlunoOn](#)), jolies fleurs et château fort (Source : [Comment économiser ?](#))*

## En plein air

Un rayon de soleil se profile le jour J ? Tout le monde dehors ! Selon l'âge des enfants, on peut fabriquer une **cabane**, organiser un **jeu de piste**, un **cache-cache**, une **enquête** policière, une **chasse au trésor**... Balade et énigmes au rendez-vous ! Si on habite pas loin d'une plaine de jeux, on peut aussi s'y rendre avec les enfants, succès garanti chez les plus jeunes.

Plus original, on peut initier les enfants au « **land art** » ou au **mandala végétal**. Il s'agit de réaliser des créations éphémères dans la nature en se servant de feuilles, fleurs, brindilles, cailloux, pommes de pins, baies, neige... Bien sûr, on apprend à chacun le respect de la nature. À la fin, on laisse ces œuvres éphémères sur place pour qu'elles retournent à la nature. On pense à prendre une photo de chaque création avec l'artiste, à envoyer par e-mail en souvenir ou remerciement.



De gauche à droite : mandala végétal (Source : [Mon jardin d'idées](#)) et deux exemples de land art (Source : [Parents Momes](#))

Envie d'encre plus d'idées ? On s'inspire sur [18h39](#), [Jeux et Compagnie](#), [ChasseOtrésor](#) et [Un anniversaire en or](#). Ces sites proposent des **jeux et coloriages** de 4 à 12 ans.

## Déléguer l'organisation

Si notre logement est trop petit pour accueillir les enfants ou si, simplement, on souhaite **déléguer l'organisation de l'après-midi**, de plus en plus d'initiatives (commerciales ou non) existent. Une bonne manière de ne pas se mettre la pression. Selon l'organisme, cela peut coûter plus ou moins cher. On se renseigne bien à l'avance.

- Certains **centres sportifs communaux** proposent des chasses aux trésors, animation sportives...
- Certains **clubs de sport ou piscines** proposent un anniversaire sportif.
- Des **fermes pédagogiques** proposent des anniversaires au contact de la nature.
- De plus en plus de formules anniversaires existent aussi dans les **parcs à trampoline, plaines de jeux indoor...**

Même si le fête ne se déroule pas à la maison, on n'oublie pas les **bons réflexes** pour le goûter, les cadeaux, la vaisselle... On pose la question à la personne qui organise pour ne pas se retrouver avec une montagne de plastique.

## Le goûter zéro déchet

Le gâteau, les bougies, les boissons, la vaisselle... Voici quelques inspirations pour s'en mettre plein les papilles sans remplir sa poubelle !

### Le gâteau

Il n'existe pas d'anniversaire réussi sans une belle part de gâteau pour le goûter. Voici quelques astuces pour obtenir un gâteau écolo, gourmand et qui va mettre des paillettes dans les yeux de nos jeunes !

- **Le gâteau maison**

On peut réaliser le **gâteau soi-même**. On choisit des ingrédients bio, de saison (on se renseigne

pour voir quels sont les fruits du mois), éthiques, en vrac pour le zéro déchet, végan... selon l'envie et la possibilité ! Ensuite, on a une infinité de possibilités : number cakes, cake, gâteaux à étages, mousses... Pour les décors, on peut utiliser des éléments naturels, des jouets d'enfants ou des glaçages maison.



À gauche : gâteau cru végétal (Source : [Mon régal végétal](#)) et à droite : gâteau au chocolat (Source : [Capital Koala](#))

> [Où acheter ses produits en vrac et où trouver des produits locaux et bio](#)

On essaie de **ne pas gaspiller des morceaux de gâteau** parce qu'on veut absolument lui donner la forme esthétique. Par exemple, pour réaliser un gâteau en forme de lapin, ce tuto nous explique comment découper deux cakes ronds de manière à utiliser toutes les morceaux pour former le lapin. Exit le gachis !



Source : [Coucounage Over-Blog](#)

On peut s'inspirer de quelques sites de pâtisseries pour cela comme [Perle en sucre](#) (pâtisserie végan), [Green et gourmande](#) (cru ou sans gluten ou végan), [Bien manger selon les saisons](#) (selon les fruits du

mois)...

On peut même intégrer des légumes dans ses préparations. Gaufres à la carotte, muffin au butternut... Voici [la recette](#) d'un gâteau au chocolat où la courgette remplace le beurre. Testé et approuvé !

> Sarah nous en parlait dans [le podcast « Alimentation »](#) de notre campagne **Génération écoconso**.

- **Commander un gâteau local**

Si on ne se sent pas l'âme d'un·e pâtissier·e, on peut également le **commander dans une boulangerie pâtisserie** pour faire vivre l'artisanat local. On repère celles qui existent aux alentours.

## Les bougies

Le moment tant attendu de nos loupiots est arrivé, celui de souffler ses bougies ! Pour avoir un anniversaire écolo jusqu'au bout des ongles on peut opter pour des bougies d'anniversaire écologiques en **cire d'abeille** ou en **cire végétale**.

> Lire : [Comment choisir sa bougie écologique](#)



À gauche : bougie en cire de colza (Source : [Ponoie](#)) et à droite : bougies en cire d'abeille (Source : [Apiscera](#))

## Et les boissons ?

La meilleure option de boissons écolo : des boissons **en verre (consignées), bio et/ou locales** ! Jus de fruits pressés à la ferme d'à côté, grenadine faite maison ou produite pas très loin (par exemple la marque [Grizzly Bob's](#)), boissons maison à base de fruits infusés, de sirops...

On veut opter pour des **softs pétillants** ? Il existe de plus en plus de marques alternatives à la grande distribution, on les trouve facilement dans les magasins bio (par exemple la marque [Ritchie](#)). On peut aussi ajouter du sirop à de l'eau pétillante. On oublie pas de mettre des carafes d'eau, car au final il n'y a rien de meilleur pour la santé !

## Les couverts, assiettes et verres

Exit la vaisselle en plastique jetable ! Et la vaisselle en carton, qu'est-ce qu'on en dit ? Si on a trop



peur de casser ses assiettes et verres c'est certainement une meilleure alternative... mais on essaye tout de même d'en utiliser le moins possible. On n'oublie pas de noter les prénoms des enfants sur les gobelets.

Toutefois, si c'est possible, la **vaisselle habituelle** (en porcelaine, faïence, céramique bois, inox ou verre) fera l'affaire, surtout celle qu'on a qui traîne dans nos armoires et qui prend la poussière. C'est la solution la plus écologique et ce n'est pas grave si le tout est dépareillé, cela peut donner un certain style. Si on a des **serviettes en tissus**, on les sort aussi (et si on est à l'aise avec une machine à coudre, pourquoi ne pas en profiter pour en [réaliser ensemble](#) ? On peut choisir un chouette tissu qui plaira aux kids) !



À gauche : une jolie table d'anniversaire zéro déchet (source : [Sakaide](#)), à droite : un tuto pour coudre de jolies serviettes de table (source : [C & Z](#))

## Cadeaux : et si on faisait autrement ?

### Pour la star de la fête

Le cadeau, voilà un point qui reste délicat. Beaucoup de parents trouvent que leurs enfants ont déjà bien assez de jouets. Il est cependant difficile de « priver » ses enfants du plaisir des cadeaux. On peut quand même **amener la discussion sur le sujet**. On explique, par exemple, que la fête tourne surtout autour des chouettes moments partagés avec les copains et copines.

Encore faut-il aussi convaincre les invités de ne rien apporter et ce n'est pas forcément plus facile ! Voici quelques idées pour faciliter la transition.

- On demande aux invités d'offrir un jouet ou un livre **qui vient de chez eux** ! L'enfant choisit parmi ses propres trésors quelque chose qu'il aimerait offrir à son ami-e. C'est une bonne façon d'apprendre le partage.
- On demande un beau **dessin ou bricolage**.
- On encourage les invités à faire un **cadeau maison**. Peut-être il y a-t-il un ou une as de la couture dans les invité-es qui pourrait coudre un joli tour de cou ? On peut aussi fabriquer un [bocal à cookies](#) ou un [autre cadeau \(presque\) zéro déchet](#).
- On précise clairement qu'on encourage la **seconde main** (on peut même renseigner les magasins de seconde main dans les alentours : [rendez vous ici](#) pour trouver la liste).
- On encourage la dématérialisation. Par exemple **un « bon pour... »** un ciné ensemble, une journée à la mer, la confection d'une cabane dans le jardin, un spectacle de marionnettes... On reste quand même réaliste et sensible à l'âge de l'enfant, les cadeaux d'expérience sont

souvent mieux compris quand l'enfant est plus grand (parole de maman).

- On peut aussi proposer un **cadeau collectif**. Au lieu d'accumuler une foule de babioles, les invités participent à un cadeau que l'on pourra choisir plus utile et plus durable. D'ailleurs, on peut essayer d'initier la démarche quand notre enfant est invité à des anniversaires. On est force de proposition et on lance un cadeau commun !



De gauche à droite : "bon pour" (source : [le Blog d'a-qui](#)), bocal à cookies (source : [écoconso](#)), tour de cou cousus main (source : [La Taverne de la Louvette](#))

Quelle que soit l'option choisie, on le formule de manière **positive et déculpabilisante** sur l'invitation. Certains parents seront surpris et apporteront sans doute quand même un cadeau. Mais ce n'est pas grave, parce que certains joueront le jeu... et auront peut-être même envie de répéter la démarche pour leurs propres fêtes !

**Exemple de petit mot à annexer à l'invitation** : « Chez nous, on adore la seconde main, le fait maison, la récup... Un livre que tu ne lis plus, un bricolage, une attention... C'est l'intention qui compte (vraiment !) :-> ».

## Et pour les invité·es ?

On a tous et toutes connu les **petits sachets en plastique** distribués à la fin de l'après-midi, contenant des bonbons suremballés et/ou une babiole en plastique. On essaie d'éviter le petit jouet gadget qui se transformera rapidement en déchet inutile. Si on a organisé une activité manuelle, chaque enfant repart avec un bricolage en souvenir de cet après-midi.

On tient à offrir quelque chose à chaque invité ? Et si on optait pour une alternative ?

- On peut fabriquer un **petit cadeau maison** pour chaque invité (des biscuits, une confiture, un savon...).
- Un petit sachet en papier ou en tissu contenant des petites **graines à planter**.
- On peut écrire une **petite carte** de remerciement.
- Si on veut rester dans la tradition d'offrir des bonbons, on peut opter pour un **bocal de récup' avec des bonbons achetés en vrac** (on peut même décorer le bocal !) ou encore des petits bols inutilisés (mamy s'essaie à la poterie et à des petits pots d'essai à distribuer ? Parfait !). On peut même tenter de [faire des bonbons soi-même](#).
- On peut aussi, après la fête, **envoyer une petite photo** prise le jour J en guise de remerciement.



Bocaux ou sachets en tissu de bonbons (Source : à gauche [Les valeurs de Sophie](#), à droite écoconso)

On a quand même envie d'avoir un petit sachet ? Un tuto très simple permet aussi de faire des **petits sacs en papier** grâce à des sacs plus grands de la même matière qu'on a reçus en faisant des achats (vous savez, ceux qu'on accumule dans une armoire "au cas où ?"). On peut même les décorer !



Tuto pour fabriquer un sac en papier sur le site de [Joli'essence](#)

## Décoration maison

On résiste à l'envie de courir jusqu'au magasin de déco pour le dévaliser de leurs fanions couleurs pastels, confettis et ballons tous plus jolis les uns que les autres ! Heureusement, on peut faire une déco tout aussi belle avec de la récup' et un peu d'imagination ! **Banderoles, confettis, ballons...**

Voici quelques idées pour décorer sa maison sans (trop d') impact carbone.

## Des guirlandes maison

On crée des guirlandes maison à base de vieux tissus de récup, de vieux papiers, de feuilles mortes ... On s'inspire des couleurs préférées de l'enfant et on laisse place à l'imagination ! Une paire de ciseaux, du fil, de la corde, de la colle et on est parti-es pour l'aventure.



Sources : à gauche [R-Use Fabrik](#) et à droite [Sacaide](#)

> Lire aussi : [Privilégier les confettis écologiques](#)

## La question des ballons

Malheureusement, les ballons de baudruche possèdent un impact environnemental (d'autant plus important si on organise des lâchers de ballons<sup>[1]</sup>). On peut décider de s'en passer, comme ça le problème est réglé ! Si on décide tout de même d'en acheter, on peut en choisir des biodégradables (souvent en latex 100 % naturel).

Vous trouverez quelques inspirations de décorations sans ballons sur le site d'[En vert et contre tout](#), par exemple grâce à des lampions, tout aussi colorés.

## Déguisement en matériaux de récup'

On organise un anniversaire à thème et on souhaite ne pas faire les choses à moitié ? On peut opter pour le déguisement ! Pour ça, pas besoin de courir au magasin le plus proche (même si on l'avoue, nous aussi on craque pour les combinaisons de chat en pilou !). On a plusieurs options devant nous : **le DIY si on a du temps, la location ou l'achat en seconde main !**

> Lire : [Opter pour un déguisement loué ou de récup'](#)

Alors, prêt-e pour l'anniversaire de l'année ?

> Lire aussi :

- [5 conseils pour un carnaval festif et durable](#)

- [Cadeaux : les réflexes zéro déchet](#)
  - [Où trouver des jeux et jouets écologiques ou de deuxième main ?](#)
  - [Quels jeux et jouets écologiques, sains et éthiques choisir ?](#)
- 

[1] « [Médecine et environnement : stop aux lâchers de ballons](#) » Faure, N., Morin, F. & Jesu, J. (2019)

Des réponses personnalisées à vos questions : 081 730 730 | [info@ecoconso.be](mailto:info@ecoconso.be) | [www.ecoconso.be](http://www.ecoconso.be)

**Source URL:** <https://ecoconso.be/content/un-anniversaire-ecolo-de-linvitation-au-cadeau-0>