

8 GESTES POUR S'INITIER AU ZÉRO DÉCHET

Tendre vers un mode de vie zéro déchet, en prenant conscience de ses habitudes et en réévaluant sa manière de consommer.

Un petit pas à la fois, sans se mettre la pression du monde sur les épaules.

1

FAVORISER LE PARTAGE ET LA LOCATION

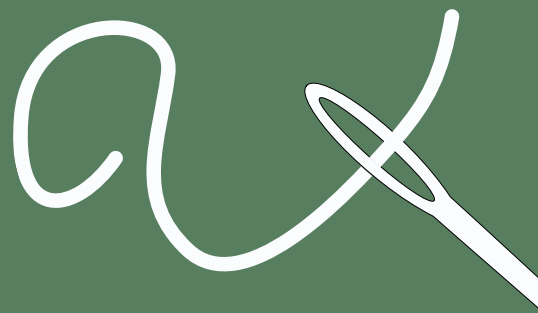
Avant d'acheter un objet, on se questionne sur la fréquence à laquelle on prévoit l'utiliser. Si ce n'est qu'occasionnellement, on favorise l'emprunt ou la location. Plus écologique ET plus économique pour le portefeuille.



2

RÉPARER AU LIEU DE JETER

Un trou dans ton chandail? Ton écran de téléphone est craqué? Avant de s'en départir, pourquoi ne pas tenter de le faire réparer, ou encore, apprendre à le réparer soi-même. On évite ainsi de consommer de nouveaux biens inutilement, tout en évitant un objet de plus à se retrouver au dépotoir.



3

ACHETER EN VRAC

Il existe de plus en plus de petites épiceries en vrac (allô le *Bocaux & co* de Sainte-Marthe!). Également, quelques aliments en vrac sont parfois disponibles dans les épiceries traditionnelles. On traîne toujours quelques pots et sacs réutilisables pour les commissions. En achetant en vrac seulement les quantités nécessaires, on réduit aussi le gaspillage alimentaire à la maison!



4

ÉPURER SA ROUTINE DE SOINS

Il faut d'abord déconstruire l'idée qu'une routine de soin composée d'une panoplie de produits différents est nécessaire pour garder une peau saine. La simplicité, c'est la clé. On opte donc pour des produits sous format solide et multi-usage (shampooing, revitalisant, lotion, savon, etc.) ou encore, on remplit nos bouteilles en vrac. On peut aussi s'informer sur la provenance des ingrédients qui composent les produits et leur impact sur l'environnement pour guider nos achats.



5

ACHETER SECONDE MAIN

En donnant une deuxième vie à un objet ou à un vêtement, on évite que celui-ci devienne un déchet. Plus on prolonge la vie d'un item, plus son empreinte écologique diminue. On opte donc pour le magasinage en friperie. Lorsqu'on fait le ménage dans sa garde-robe, au lieu de jeter, on pense aussi à aller porter ses vêtements ou ses objets dans des centres de dons ou des friperies (allô *Le Chiffonnier* de Saint-Joseph).



6

COLLER UN « PAS DE PUB » SUR SA BOÎTE AUX LETTRES

Combien de circulaires se retrouvent directement au recyclage sans même être consultées? Beaucoup trop. Si on désire avoir accès aux promotions et nouveautés des grandes surfaces, on opte pour les circulaires en ligne ou on s'abonne aux infolettres pour éviter le gaspillage de papier inutile.



7

FABRIQUER SES PRODUITS MÉNAGERS

Les produits d'entretien ménagers ne sont pas sans risques, ni pour l'environnement ni pour la santé. Sans parler de l'impact environnemental de leurs contenants, souvent en plastique ou sous forme d'aérosols. Il existe une multitude de recettes facile à faire à la maison et tout aussi efficace (voir le guide: *Fabriquer son nettoyeur tout usage*). Pour ceux et celles qui sont frileux de se lancer dans la fabrication, on peut aussi opter pour le remplissage dans les magasins en vrac, qui offrent généralement des produits non nocifs pour l'environnement.



8

DIMINUER LES COMMANDES EN LIGNE ET LES LIVRAISONS

Commander en ligne, c'est aussi adhérer à la production d'emballage à usage unique et augmenter l'émission de CO2 émis par le transport de marchandises. Lorsque c'est possible, on priorise les achats en magasin pour réduire ses déchets et l'empreinte carbone de sa consommation.

