

Série : **Vivre mieux pour que vive la Terre**

Cette série de podcasts va essayer de combiner une réflexion sur l'un des sujets les plus débattus dans le monde, **l'écologie et nos comportements**, des exemples pratiques, et citer les nouveaux mots qui les accompagnent : néologismes, mots abrégés typiques du français (comme être écolo) ou termes anglais passés dans le langage courant.

#1 Les trois R: Réduire, réutiliser, recycler

Pour commencer ces Podcasts sur le **Vivre mieux pour que vive la Terre**, commençons par la base, un slogan qui représente un changement profond de mentalité et inspire toute une série de comportements : les **Trois R**, qui veulent dire

- **Réduire** la quantité de produits achetés;
- **Réutiliser** des produits ou certaines de leurs parties qui deviendraient autrement des déchets ;
- **Recycler** les matières premières

Réduire :

Il s'agit là de dimensionner vos achats par rapport à vos réels besoins. L'objet qui vous fait envie, en avez-vous besoin ? Allez-vous l'utiliser de nombreuses fois ? Mais une fois que les choses seront chez nous il faut se faire venir des idées pour réduire : Préférer quelques bons basiques de bonne qualité pour sa garde-robe qu'une multitude de petits articles rapidement hideux avec l'usure.

Donner nos vêtements en trop, à chaque changement de saison nous voyons bien que nous n'avons pas porté certains vêtements, alors pourquoi pas faire des heureux en les donnant ?

Une nouvelle tendance est la location de vêtements par abonnement mensuel ! il y en a pour tous les budgets. Chez Closet par exemple vous consultez le catalogue, vous choisissez trois vêtements et 2 accessoires, sortis du pressing, vous les gardez tant que vous voulez, puis la renvoyez pour obtenir une nouvelle sélection. Il existe même des initiatives de *Swap de vêtements*, où l'on fait du troc au niveau de notre garde-robe ce qui permet de ne pas se laisser déborder par du superflu, et en prime, de faire des économies.

Résultat : plus d'armoires qui regorgent, plus de *decluttering* à faire, c'est-à-dire désencombrer ses placards et un budget limité. C'est la philosophie *écolo-minimaliste*.

On peut réduire aussi le nombre de voitures. Préférer le *covoiturage* à la propriété d'une voiture si elle ne vous est pas indispensable. L'environnement en profitera. Mais je traiterai le sujet de nos véhicules dans un prochain épisode.

Réutiliser :

Réutiliser un produit, c'est lui trouver un nouvel usage sous sa forme d'origine. Il ne s'agit donc pas de recyclage. Avec de l'astuce, vous pouvez prolonger la durée de vie de vos biens. Au fil du temps, vous adopterez instinctivement les objets réutilisables (*gourdes*, torchons à la place des essuies tout, emballage cadeaux en tissu etc.) plutôt que les jetables.

Quelques idées pour « réutiliser » :

- Acheter d'*occasion* (et offrir une seconde chance au produit, potentiellement fabriqué avec des matériaux rares, comme pour l'électronique par exemple), et faire réparer pas jeter et remplacer.
- Garder un bocal de nourriture, et s'en servir pour stocker vos restes,
- Faire ses courses avec des cabas en tissus.

Recycler :

Ce n'est pas nous qui recyclons mais il est bon de nous interroger sur notre consommation et sur le cycle de vie du produit. La *recyclabilité* d'un article doit faire partie de nos interrogations. Aussi, si nous avons suivi nos « R » de façon cohérente, il nous reste en fin de parcours bien peu à recycler, et cette alternative est bien évidemment plus positive que d'envoyer nos possessions à la décharge.

Pour bien recycler, informez-vous sur les directives de votre centre local de traitement des déchets de votre commune. Organisez-vous au mieux chez vous selon vos propres préférences.

Quelques idées pour « recycler » :

- Être incollable sur les consignes de *tri sélectif* et former sa famille (pourquoi pas sous forme de jeu),
- Se mettre au « *DIY* » (*do it yourself*) (et transformer les bouchons en liège en tapis de bain, ou en porte-clefs, repeindre des meubles etc..).

Si nous respectons dans la mesure du possible ces trois R, non seulement nous nous sentirons mieux, mais la Terre nous remerciera.

Mots-clés : *covoiturage, swap de vêtements, écolo-minimaliste, decluttering, gourde, recyclabilité, tri sélectif, DIY*

À bientôt pour un prochain podcast de Vivre mieux, pour que vive la Terre !