



Aventure zéro déchet



*Il était une fois, dans le Maine-et-Loire en 2017, Etienne le papa, technicien informatique, Sophie la maman, animatrice du mouvement CMR, Emma la grande sœur, en 6^{ème}, Romain le cadet, en CM² et Clément le petit dernier, en CP. Depuis mars 2016, ils se sont lancés dans le défi **famille zéro déchet** organisé par leur territoire.*

Pourquoi ?

Nous faisons le défi pour le **plaisir** de faire ensemble. Nous avons fait, en 2012 et 2013, le défi **familles énergie positive**. Nous avons pris plaisir à aller à la chasse aux watts en équipes. Pour faire **des économies** en arrêtant de consommer n'importe quoi, en achetant l'essentiel, en achetant en vrac (nous ne payons pas l'emballage et nous ne payons pas la taxe pour nous débarrasser des emballages). Pour **l'écologie**, en achetant des produits biologiques et des produits locaux. Pour notre santé en disant stop aux produits industriels. Nous ingérons moins de sel et moins de sucre ainsi que moins de produits chimiques (pesticides, engrais, additifs, conservateurs). Pour **le lien social**, en échangeant avec les producteurs locaux, les commerçants, les autres membres du défi. Pour **la mission**, nous nous sentons appelés à vivre la sobriété heureuse. Nous privilégions **l'être à l'avoir**. Nous mettons l'essentiel au cœur de notre vie et non l'important. Nous sommes en harmonie avec nous-mêmes, les autres, la nature et Dieu. Nous sommes acteurs de la sauvegarde de la planète en étant conso-acteur. Nous témoignons par nos actes et nos paroles.

Comment ?

Le désencombrement : Sophie, début 2015 suite à un mal-être au travail, a commencé à faire le vide dans la maison. Elle a reçu à la fête des mères le livre de Béa Johnson **Zéro déchet**. Il lui a apporté un début de réponses.



Le vide s'est amplifié. Fin des objets en double, des objets qui ne servent pas, des bibelots qui prennent la poussière, des objets gardés au cas où. Le désencombrement apporte un bien-être. Nous n'avons pas l'esprit surchargé par plein d'objets inutiles. La maison paraît plus grande, le ménage est fait beaucoup plus rapidement. Le désencombrement est un travail de tous les jours.

Les courses : Nous adhérons à l'AMAP de Chemillé depuis un an. Tous les vendredis soirs, Etienne ramène un panier rempli de légumes, pain, œufs, farine, tomme et fromage de brebis, pommes. J'achète les produits de base, complets ou semi complets en vrac dans un magasin bio avec des sacs en tissu faits maison. Nous achetons le jambon à la coupe.

La cuisine : Je refais des recettes simples dont la pâte à tarte et la pâte à pizza. Yaourts

et crèmes dessert sont faits maison. Nous nous régalaons chaque jour avec des goûters simples faits maison : pain, brioche, gâteau au yaourt, cookies, biscuits aux flocons d'avoine. Goûter que Romain emmène dans un sac en tissu tous les lundis. Nous avons acheté des gourdes en verre et en inox.

L'hygiène : Nous avons dit stop à l'essuietout. Nous utilisons des chiffons ou des lingettes lavables. Nous achetons des éponges microfibrés (durée de vie très longue et recyclables car en tissu) et des éponges végétales de courge (qui finissent au compost). Nous achetons bio et liquide, la lessive et le produit vaisselle en vrac avec nos bouteilles en verre (avant, produits bio mais dans un contenant en plastique).

Les enfants : Ils sont acteurs du défi. Ils désencombrent leur chambre. Ils sont très pertinents dans le choix de leurs cadeaux. Nous avons une carte pour la médiathèque et la ludothèque. Tous les mercredis, nous empruntons une trentaine de livres. C'est Noël toutes les semaines.

Les fêtes : Sophie a confectionné des serviettes en tissu. Nous limitons les cadeaux et préférons les cadeaux utiles ou d'expérience.

La maison : Nous avons, depuis plusieurs années, collé un **stop pub** : 15 kg de déchets en moins. Nous imprimons moins : 6 kg de déchets en moins.

Résultats

Avant le défi, notre poubelle de 140 L était pleine en 4 semaines. Aujourd'hui, il lui faut 10 semaines. Nous déposons 2 sacs jaunes de tri sélectif toutes les 2 semaines. Maintenant 1 sac. Nous jetons par mois 4,5 kg de verre et 5,5 kg de papier. Nous avons mis fin à la fabrication du dentifrice en poudre et de la poudre lave-vaisselle. Bien des actions sont encore possibles : lait acheté directement au producteur...

Nous prenons plaisir à faire ce défi en famille. Nous aimons nous retrouver avec les 48 autres familles et la mini-crèche pour partager et échanger sur nos avancées et nos reculs. La vie a un nouveau goût. Nous sommes fiers de faire et de dire que l'aventure est possible et qu'elle se poursuit.

Conclusion

L'essentiel de notre poubelle est évitable en mettant de l' **R** dans nos poubelles.

La Terre, notre maison commune, se transforme en une immense décharge publique.

C'est aux citoyens de promouvoir des solutions. Consommateurs, unissons-nous et agissons.

**Sophie, Etienne, Emma, Romain
et Clément BUREAU**
Chemillé (Maine-et-Loire)



- 1 : Refuser les cadeaux, objets inutiles : Le meilleur déchet est celui qu'on ne produit pas.
- 2 : Réduire sa consommation, le gaspillage, en n'achetant que le nécessaire.
- 3 : Réutiliser, réparer.
- 4 : Recycler à l'aide du compostage et du tri.
- 5 : Revendiquer. Le pape invite l'humanité à changer ses habitudes de vie, ses modes de production et de consommation pour un modèle plus sobre.