

22 avril #Jour de la Terre

Propositions d'actions environnementales

Liste non exhaustive d'idées pratiques, créatives et ludiques pour tous les goûts et tous les âges, dans la limite de nos possibilités...

Alimentation

- **Manger bio** : Pour préserver la richesse des sols, améliorer la qualité de l'air et protéger la biodiversité et notre propre santé.
- **Manger local** : Pour manger des produits plus frais, contribuons à la réduction des émissions de gaz à effet de serre dus aux transports et posons un geste de solidarité. Faisons travailler au maximum les paysans directement (vins locaux etc...)
- **Manger de saison** : Pour manger des aliments avec de meilleures qualités gustatives et nutritives, moins traités et moins transportés, venant tout droit de nos agriculteurs locaux.
- **Réduire notre gaspillage alimentaire** : Réalisons des infusions, des soupes etc...
Congelons, conservons : autant d'astuces pour lutter contre le gaspillage alimentaire chez soi. <https://jourdelaterre.org/qc/tous-les-jours/programmes/a-vos-frigos/>
- **Manger plus de protéines végétales** : Diversifier notre alimentation permet de diminuer notre impact environnemental relié à l'alimentation et l'agriculture. L'astuce : testons de nouvelles recettes pour cuisiner avec de nouvelles sources de protéines. De belles découvertes à faire !

Énergie

- **Passer à un fournisseur d'énergie verte** : Éolienne, solaire ou encore hydroélectrique, il existe plusieurs alternatives pour passer à une énergie verte. Comparons les offres des différents fournisseurs.
- **Changer ses ampoules avec des ampoules basse consommation** : Recyclables et peu exigeantes en énergie, les ampoules basse consommation consomment 80% en moins d'électricité que les ampoules classiques.
- **Baisser son thermostat** : 19°C est la température de « *thermoneutralité* » de l'espèce humaine. Pas besoin de chauffer plus, notamment quand on sait qu'au-delà de 20°C, chaque degré de plus augmente la facture de chauffage de 7%.

- **Limiter l'envoi de courriels** : Une année typique de courriels entrants ajouterait 136 kg à notre empreinte carbone, représentant un trajet d'environ 320 km en voiture. Faisons attention à ne pas envoyer de pièces jointes volumineuses. Supprimer régulièrement nos courriels sont d'autres manières de diminuer notre impact numérique.
- **Se désabonner d'info-lettres** : L'envoi d'un courriel classique produit 10g de CO2. Faisons le tri et désabonnons nous de celles qu'on ne lit jamais. Pour d'autres astuces pour diminuer sa pollution numérique... <https://jourdelaterre.org/qc/blog/2020/02/06/pourquoi-et-comment-diminuer-sa-pollution-numerique-au-bureau/>
- **Utiliser un moteur de recherche engagé** : Le numérique mondial représente 4% des émissions de gaz à effet de serre. Une bonne manière de réduire son empreinte écologique tout en continuant d'utiliser internet est de recourir à un moteur de recherche engagé comme Ecosia qui participe au financement de la plantation d'arbres.
- **Diminuer le visionnage de vidéos en ligne** : En 2019, le visionnage de vidéos, hébergées sur des serveurs se trouvant aux quatre coins du monde, a généré l'équivalent des émissions de CO2 de l'Espagne. Lire un livre, créer, cuisiner, prendre du temps avec ses proches : autant d'occasions de se divertir autrement.

Déchets

- **Faire ses cosmétiques maison** : Sans additifs, ni produits chimiques, les cosmétiques maison sont peu coûteux à fabriquer. Ils permettent également d'éviter l'emballage inutile et de prendre beaucoup de plaisir à les confectionner soi-même.
- **Faire ses produits ménagers maison** : Les produits d'entretien ménagers classiques contiennent des composants chimiques dangereux pour la santé et pour l'environnement. Passons à la création de notre propre produit d'entretien.
- **Composter, consigner, recycler** : Notre trio gagnant pour réduire notre production de déchets, après une réduction à la source bien sûr.
- **Tendre vers le zéro déchet** : De plus en plus d'objets sont à notre disposition pour réduire notre consommation de plastique à usage unique: tasse, paille, sacs, contenants réutilisables... Ils seront des atouts précieux dans notre démarche zéro déchet. Plusieurs articles peuvent nous guider pour changer nos habitudes.
<https://jourdelaterre.org/qc/blog/2020/04/01/reduire-le-plastique-dans-sa-salle-de-bain/>

- **Privilégier l'achat de seconde main** : Friperie, ressourceries... des occasions pour acheter de seconde main. Nous pouvons également organiser des échanges entre collègues ou ami.e.s.
- **Recycler ses piles** : *“ La meilleure façon d'éviter que les piles et les batteries envahissent nos sites d'enfouissement, c'est de s'assurer qu'elles n'en prennent jamais le chemin.”*

Mobilité durable

- **Prioriser la marche** : Bon pour la santé, économique, zéro émission : la marche est LE moyen de déplacement à adopter dans notre quotidien, si cela nous est possible.
- **Privilégier le vélo** : Que cela soit le nôtre ou que nous ayons recours aux services disponibles dans les différentes villes, le vélo est un excellent moyen de transport pour les trajets du quotidien que nous souhaitons effectuer plus rapidement qu'à pied.
- **Préférer les transports en commun** : Bus, métro, train, tram... privilégions les transports en commun, plutôt que notre véhicule à moteur pour effectuer nos déplacements.
- **Diminuer nos voyages en avion** : L'industrie de l'aviation représente 5 et 10% des gaz à effet de serre mondiaux.

Nature

- **Faire son potager** : A la campagne avec un grand jardin ou en ville avec un balcon, lançons-nous dans la culture de nos légumes et fines herbes, sans délaisser les fleurs pour nos amis les pollinisateurs.
- **Privilégier les engrais naturels aux engrais chimiques** : Appauvrissement des sols et diminution de la biodiversité, arrêtons les engrais chimiques même à petite échelle. Utilisons notre compost ou celui de notre ville comme engrais naturel pour nos plantes. En plus de créer un sol sain, ce sera le meilleur allié de nos plantes, puisqu'il constitue un excellent apport nutritif.
- **Favoriser les plantes mellifères pour attirer les pollinisateurs** : Les plantes mellifères sont plus nourrissantes pour les pollinisateurs, car elles sont riches en nectar et en pollen. Souvent très colorées, elles attirent mieux et de plus loin nos amis butineurs.
<https://jourdelaterre.org/qc/blog/2020/04/05/la-protection-des-pollinisateurs-a-la-portee-de-tous/>

- **Planter** : Evitons de bétonner. Plantons arbres, arbustes, buissons... Faire que l'eau pénètre... seul moyen pour ne pas assécher les sols et maintenir les nappes phréatiques. Par ces temps excessivement capricieux, cela évitera des inondations de plus en plus fréquentes et destructrices.
- **Contribuer au verdissement** : Un filtre pour l'air, un purificateur pour l'eau, mais aussi un atout social, le verdissement présente de nombreux avantages, notamment en milieu urbain.
- **Ramasser un déchet par jour** : Cela peut paraître bien peu, mais imaginez que chacun de nous profite de sa petite marche pour ramasser un déchet par terre : nos villes, lacs, plages et forêts seraient bien plus propres. Pour les plus sportifs d'entre nous, on peut même pratiquer le plogging (soit ramasser des déchets tout en courant). Nous pouvons même transformer cette activité en jeu ludique avec les enfants.

Finance

De plus en plus de banques (Crédit Coopératif, Banque Postale), d'établissements de crédit (La Nef) ou de "néobanques" (Helios), s'engagent à ne pas financer les entreprises qui aggravent le réchauffement climatique. Par exemple, la Nef s'engage à ne soutenir que des entreprises à vocation écologique, sociale ou culturelle, et publie chaque année l'intégralité des projets financés. Certaines structures permettent d'investir directement dans des projets écologiques et sociaux, comme Énergie partagée pour développer les énergies renouvelables ou Terre de liens pour éviter la disparition de terres agricoles. La rentabilité de notre investissement sera faible mais notre argent sera vraiment utile.

Investissement éthique et responsable : l'humain au cœur des investissements

Quelques établissements financiers proposant des produits éthiques

Arkeas www.federal-finance-gestion.fr / CredoLending.fr / <https://meeschaert.com/>

la-financiere-responsable.fr / <https://www.lecedrefinanceethique.fr>

La légende du Colibri est une légende amérindienne inspirante

Un jour, il y eut un immense incendie de forêt. Tous les animaux terrifiés, atterrés, observaient impuissants le désastre. Seul le petit colibri s'activait, allant chercher quelques gouttes avec son bec pour les jeter sur le feu. Après un moment, le tatou, agacé par cette agitation dérisoire, lui dit :

« Colibri ! Tu n'es pas fou ? Ce n'est pas avec ces gouttes d'eau que tu vas éteindre le feu !

Et le colibri lui répondit : « Je le sais, mais je fais ma part.