

Consommer « durable » durablement

Un article de Véronique GALLAIS

mercredi 3 novembre 2010

Consommer durable, ce n'est finalement pas si compliqué. D'ailleurs, vous avez certainement commencé. A vous de jouer !

Sommaire de cet article

- [Consommer bio](#)
- [Acheter local : les circuits courts](#)
- [Consommer des produits de saison](#)
- [Limiter les emballages](#)
- [Réduire, réutiliser, recycler !](#)
- [Limiter nos émissions de gaz à effet de serre](#)
- [S'informer pour comprendre et agir](#)

Si l'on entend par « consommation durable » une consommation dont les impacts pèseront le moins possible sur notre capital commun en ressources naturelles et sur la qualité de nos milieux de vie, nous nous donnerons simplement quelques règles lors de l'achat et de l'usage des biens et services que nous consommons.

Tout d'abord, il faut considérer que les produits que nous achetons sont le résultat d'un processus de production ayant lui-même un impact sur l'environnement et que notre achat, au-delà des qualités propres du produit, équivaldra à soutenir ou non un mode de production et un mode de commercialisation.

Certains tendent à considérer qu'ils ne sont pour rien dans l'assortiment et la quantité de produits qu'ils trouvent dans les magasins et donc que leur achat ne change rien à ce qui a déjà eu lieu. Pourtant, c'est bien en vue de les vendre et de séduire les clients que les firmes décident de produire ou non tel ou tel article, après avoir étudié selon quelles conditions il pourrait être fabriqué et commercialisé, pour en dégager un profit plus ou moins confortable. Il est donc important de privilégier les articles dont la production et la commercialisation sont les plus respectueuses de l'environnement.

L'éventail de nos besoins et de nos achats est large. Sans dresser un catalogue exhaustif, nous nous intéresserons ici à quelques exemples.

Consommer bio

Le cahier des charges de l'agriculture biologique donne une obligation de moyens aux producteurs et transformateurs. Même si les contraintes se sont assouplies en France avec le dernier règlement de l'Union européenne qui s'impose maintenant à tous les Etats membres (avec un nouveau logo commun), il garantit un minimum en interdisant l'usage de produits chimiques – sauf certaines dérogations –, préservant ainsi la qualité des sols et celles des productions. Il interdit aussi d'autres usages comme celui du « traitement par ionisation » ou irradiation. Certaines marques privées apportent des garanties supplémentaires ou particulières, concernant les techniques de production et la qualité des produits (Demeter, Nature & Progrès...), avec leurs propres cahiers des charges et modes de certification.

Il faut rester vigilant sur les déclarations et suggestions dont certains fabricants usent ou abusent pour vanter la qualité supposée de leurs produits (quelquefois avec des notes ou des logos accrocheurs...).

Ainsi, aucune définition officielle n'est affectée à des termes comme « nature », « naturel » que l'on peut trouver dans le commerce et qui ne donnent aucune garantie, sinon celle de vouloir séduire le consommateur et l'inciter à acheter. Par ailleurs, les mentions réglementaires pour les publicités alimentaires (manger et bouger, ne pas grignoter entre les repas, etc.) peuvent induire en erreur en suggérant que le fabricant a intégré des préoccupations sanitaires dans sa fabrication.

Pour équilibrer son budget alimentaire, on pourra choisir de consommer moins de viande (ce qui est également préférable pour la santé et l'environnement !) et davantage de céréales et légumineuses, de graines germées et autres pourvoyeurs d'éléments nutritifs essentiels, en acquérant de nouvelles habitudes de cuisine et d'achat dans le choix des ingrédients.

Cuisiner soi-même est également un très bon moyen de s'assurer un meilleur contrôle sur le prix et la qualité des repas. N'oublions pas que les produits prêts à consommer comme les salades en sachet impliquent des machines, de l'énergie et un gaspillage de produits lors du tri ; ils coûtent aussi considérablement plus cher, pour un gain de temps tout de même assez faible. Quant aux plats préparés, ils permettent surtout à certains industriels d'utiliser des ingrédients de piètre qualité mais à bas coût, pour un prix de vente pas toujours équivalent.

Les jardiniers peuvent aussi se mettre au bio et ainsi contribuer à la santé de la famille et à celle de la terre, de l'eau et de l'air.

Concernant les lieux d'achat, il existe des magasins ou des réseaux spécialisés qui permettent de découvrir de nouveaux produits et où l'on peut échanger et obtenir des idées, des conseils, des recettes. Ils proposent généralement aussi d'autres produits écologiques (produits d'entretien, d'hygiène, de bricolage, de jardinage, voire des vêtements...) ou certifiés bio (cosmétiques) et les conseils correspondants.

Acheter local : les circuits courts

En achetant le plus près possible de chez vous, en privilégiant l'achat direct auprès de producteurs soucieux de la qualité de fabrication de leurs produits, vous éviterez les transports de longue distance et les impacts négatifs que ces derniers génèrent : pollution des milieux (air, eau, sol) et production de gaz à effet de serre. Aujourd'hui, la course effrénée aux profits conduit les industriels à produire de plus en plus loin – quelquefois au détriment des habitants locaux – dans des pays aux réglementations environnementales et sociales plus laxistes et moins bien contrôlées. De plus en plus de réseaux d'achat en circuits courts s'organisent depuis quelques années (Amap et autres systèmes informels), offrant aussi davantage de convivialité avec les producteurs et les autres membres du réseau (échanges de recettes, d'informations sur la production, repas partagés...).

Consommer des produits de saison

Utiliser les produits de saison permet également d'éviter les transports de longue distance et de contribuer à éviter les productions sous serres chauffées, fortes consommatrices d'énergie. C'est aussi l'occasion de (re)découvrir des usages oubliés : légumes, fruits, recettes.

Limiter les emballages

Presque tout le monde connaît maintenant le problème que posent les emballages : si on ne les retrouve pas en masse au milieu de l'océan, ils viennent décorer la végétation autour des décharges ou, s'ils ne sont pas recyclés, leur incinération nécessite de l'énergie et génère de la pollution.

Pensons donc à prendre notre panier ou des sacs déjà utilisés en partant en courses, achetons en vrac ce

qui peut l'être dans de bonnes conditions, évitons les suremballages (qui servent surtout à rendre le produit attractif ou plus volumineux pour éviter les vols). Eviter les plats préparés permet aussi d'éviter les emballages correspondants.

Le tri des emballages indispensables permettra de recycler les matières. Ou bien on pourra leur trouver un nouvel usage.

Réduire, réutiliser, recycler !

Outre la réduction des emballages, la prévention la plus radicale de la production de déchets [1] et de leur toxicité est la diminution des achats et le choix judicieux au moment de l'achat : durée de vie de l'objet et qualité environnementale.

Réparer ou faire réparer un objet, le donner, l'échanger, lui trouver un nouvel emploi permet aussi de diminuer la production de déchets ultimes ou de matières à recycler. Cela peut donner lieu à des actions de solidarité, génère du lien social dans les dispositifs d'échange (SEL [2], troc, vide-greniers), permet la création d'emplois et offre aux artistes (affirmés ou improvisés !) un moyen d'exprimer leur créativité.

Limiter nos émissions de gaz à effet de serre

Dans nos achats comme dans nos usages, pensons à limiter nos émissions de gaz à effet de serre. Sur certains sites Internet [3], il est possible de calculer son empreinte écologique, et cela peut aider à comprendre et trouver des conseils. Mais l'on peut aussi simplement préférer l'usage à l'achat dans certains cas : location ou partage de véhicules et autres machines dont nous n'avons pas un usage constant, préférer le vélo à la voiture pour des trajets peu longs ou pour les vacances, marcher davantage, tout en pensant que c'est également important pour notre santé de pratiquer un minimum d'exercice. Penser aussi à éteindre les appareils électriques quand ils ne sont pas utilisés : la fonction « veille » consomme de l'électricité.

S'informer pour comprendre et agir

A travers ces quelques exemples, nous avons pu montrer qu'il revient à chacun de privilégier dans ses achats et usages les acteurs de la production (les marques ou les produits artisanaux) et de la commercialisation (les magasins indépendants, les enseignes) les plus respectueux de l'environnement, de s'intéresser à leurs modes de fonctionnement, de décision. Il revient à chacun de s'informer (le monde économique bouge vite !). Parlez avec vos commerçants, vos producteurs, posez des questions, cherchez à comprendre. Petit à petit, on acquiert de nouvelles connaissances, de nouveaux réflexes, indispensables pour un changement durable.

La réglementation est importante mais force est de constater, même si chacun aime à se sentir protégé par les autorités, qu'elle n'est pas toujours aussi protectrice qu'on le souhaiterait, tout au moins pour le consommateur : les agences de sécurité sanitaire, de normalisation et de défense du consommateur ont souvent aussi pour objet de garantir la concurrence et de faciliter le commerce. A nous donc aussi de rester vigilants sur les réglementations et leur contrôle, et de jouer notre rôle de citoyen !

Véronique GALLAIS.

Initiatrice et ancienne présidente d'Action Consommation, pour laquelle elle assure aujourd'hui la coordination du Collectif français contre l'irradiation des aliments. Professionnellement cadre dans l'économie sociale, elle est par ailleurs membre du conseil scientifique d'Attac France.

Contact : vgallais.actionconsommation.org

Action Consommation rassemble des citoyens soucieux de solidarité et de respect de l'environnement. Elle a pour but de sensibiliser les consommateurs à leur pouvoir et à leur responsabilité, dans leurs gestes d'achat ou de non-achat, dans les comportements de chacun et à travers l'interpellation des entreprises et des institutions. Ses analyses s'appuient notamment sur la remise en cause du consummationnisme.

Action Consommation, 21, rue Alexandre-Dumas, 75011 Paris

Tél. : 01.48.05.86.81. Site : www.actionconsommation.org

Les appareils électroménagers sont volontairement fabriqués pour durer moins longtemps

Le constat est alarmant. Et illustre au mieux la société de surconsommation qui est la nôtre dans les pays riches. Selon l'association Les Amis de la Terre, la durée de vie actuelle des appareils électroménagers serait aujourd'hui en moyenne de 6 à 9 ans, contre 10 à 12 ans il y a une dizaine d'années, alors que, paradoxalement, les technologies n'ont cessé de progresser.

Source : www.actionconsommation.org.

Notes

[1] Pour davantage d'informations, lire le dossier « Réduire nos déchets » sur www.actionconsommation.org.

[2] Systèmes d'échanges locaux

[3] Voir www.footprintnetwork.org ou www.wwf.fr (en français)