

# La démarche « Zéro Déchet » de Béa Johnson

## Pourquoi devrions-nous nous préoccuper de nos déchets?

C'est une question à laquelle on ne pense pas forcément, car quand nos poubelles sont pleines, nous les mettons sur le bord de la rue le soir et le lendemain, ils ont disparus. Nous laissons d'autres personnes ou organismes s'en charger à notre place. Mais quand on commence à y regarder de plus près, on se rend bien compte que ça déborde.

Si vous n'êtes pas convaincu, alors allez jeter un coup d'œil au documentaire de Martin Espositos, [Super Trash le film](#), ou encore au documentaire l'[Expédition 7ème continent](#) réalisé par Vinci Sato.

Oui! nous polluons notre belle planète bleue, notre maison, avec nos déchets et oui! nous pouvons changer cela en faisant chacun un effort au quotidien, comme le petit colibri.

## Par où commencer ?

Comme l'a présenté Béa Johnson lors de sa conférence, nous n'avons pas à jeter ce qui n'a pas été consommé.

Pour commencer, nous pouvons **refuser** ce dont nous n'avons pas besoin. Dire non aux **articles en plastique à usage unique**, aux **cadeaux gratuits**, aux **publicités en apposant**, par exemple, un **message « Stop Pub » sur notre boîte aux lettres**, etc...

Savoir dire non est essentiel.

Ensuite, nous pouvons faire le tri chez soi, **réduire** progressivement à l'essentiel, à ce dont nous avons juste besoin, et pour le reste, **réutiliser**, **recycler** et **composter!**

## Quelques exemples pour démarrer notre démarche :

- Faire don de tout ce dont nous n'avons plus l'utilité
- Remplacer les mouchoirs et essuie-tout en papier par des mouchoirs et essuie-tout en tissu.
- Remplacer les ustensiles en plastiques par des ustensiles plus durable en bois, métal ou en verre.
- Utiliser le plus possible des choses de seconde main, par exemple, pour les vêtements, chiner dans les friperies autour de chez vous, vous pourrez sûrement y trouver votre bonheur.
- Se confectionner un kit (sacs en tissu et bocaux) pour faire ses courses dans des épiceries avec des articles en vrac. Un projet d'épicerie sans emballages va d'ailleurs ouvrir à Rennes, plus d'infos très bientôt.
- Réutiliser des objets non recyclable pour en faire de l'art.
- Recycler, transformer ce qui peut l'être pour créer de nouvelles choses utiles.
- Composter les balayures, restes de repas, cheveux, coupures d'ongles,...

En bref, soyez créatif, votre porte-monnaie et notre planète vous remercieront.

Vous pouvez retrouver tous les détails de la démarche de réduction des déchets dans le livre « *Zéro Déchet* » de Béa Johnson mais également sur son site [Zero Waste Home](#).

Sur internet, beaucoup de personnes se regroupent et partagent leurs idées sur le zéro déchet, n'hésitez pas à partager les vôtres!

Et surtout n'oubliez pas : Refuser, Réduire, Réutiliser,

Recycler, Composter!

Pour aller plus loin :

[Zero Waste France](#)

[Défi Zero Dechet](#)

[Roubaix Zero Dechet](#)

[No dechet](#)