

A lire. « Changer d'ère l'air de rien », un guide pour réussir sa transition écologique

« Changer d'ère l'air de rien » est paru aux Editions de l'Echiquier. Ecrit par Valère Corréard, qui anime « Social Lab » sur France Inter, il a pour but d'aider le lecteur à réussir sa transition écologique au quotidien, grâce à de nombreux conseils, astuces, et informations.

Si vous êtes un auditeur de France Inter, vous le connaissez sûrement. Valère Corréard est chroniqueur sur la station, et présente chaque week-end « Social Lab », programme dans lequel il met à l'honneur une initiative ou une tendance qui peut changer notre quotidien. Il est l'auteur d'un ouvrage qui vient de paraître aux éditions Rue de l'Echiquier. Baptisé « Changer d'ère l'air de rien », il a pour objectif d'être un véritable guide pratique pour réussir sa transition, inspiré de la propre expérience de l'auteur. « *Ma profession de journaliste m'a naturellement conduit à tenter l'expérience* », explique-t-il en avant-propos. « *Le terrain de jeu serait ma propre vie : en tant qu'individu, pourrais-je changer mes habitudes ? Mieux manger, moins jeter, rendre l'air moins irrespirable, ne plus participer au dérèglement climatique, mieux consommer, retrouver ce temps perdu et être un citoyen plus actif. Tout un programme !* », poursuit-il.

Est ainsi présenté tout un panel de solutions pour réussir sa transition écologique, regroupées en plusieurs chapitres thématiques : alimentation, déchets, habillement, énergie, transports, informatique, citoyenneté et relation au temps (la fameuse slow life). Chaque chapitre démarre par une bande dessinée humoristique. On y trouve aussi des quizz pour se

tester (en partenariat avec la revue Elephant), des chiffres et des entretiens avec des « experts ». Sans oublier des références bibliographiques et des liens vers des sites internet pour aller plus loin sur le sujet.

Ludique et pédagogique, « Changer d'ère l'air de rien » est bourré d'astuces, d'informations et de conseils pour réussir sa transition écologique au quotidien. Le ton n'est ni trop léger ni trop moralisateur, et les illustrations rendent l'ensemble agréable à lire. Un bon moyen de commencer à réfléchir sur ce qu'on peut effectivement changer dans son quotidien pour « mieux vivre avec soi, les autres et la planète ! »

« Changer d'ère l'air de rien, le guide pratique pour réussir sa transition », par Valère Corréard, 224 pages, Editions Rue de l'Echiquier, 19 euros.