

Claire Cariou, l'Eclaireuz, sort un livre sur son Tro Breizh des solutions zéro déchet

Claire Cariou, fondatrice de l'association Côte Waste, lauréate du prix du public lors des Trophées de la Transition 2023 avec l'Eclaireuz, s'apprête à sortir un livre sur son Tro Breizh des solutions zéro déchet à vélo, réalisé en 2021. Baptisé « En selle vers la réduction des déchets – Témoignage de ces professionnels qui ont osé s'y mettre », compile les pratiques de 33 entreprises, collectivités, lycées...qu'elle a rencontrés. Préfacé par Rob Hopkins, auto-édité, l'ouvrage est disponible en pré-vente.

On connaît Claire Cariou, fondatrice de l'association Cote Waste, pour son projet de [Tro Breizh des solutions zéro déchet](#), qu'elle a réalisée en 2021, avec son vélo d'occasion sur les routes des cinq départements bretons. Au fil des 1400 kilomètres réalisés, elle a pu rencontrer des structures privées ou publiques qui sont dans des démarches collectives de réduction des déchets : entreprises qui ont réussi à faire baisser le volume de leurs déchets en interne, écoles qui travaillent sur le gaspillage alimentaire, collectivités, restaurants, food trucks...Son aventure a donné lieu à un documentaire, réalisé par Laurie-Anne Courson, baptisé « Cheval de fer ».

Après avoir compilé tous ces témoignages, Claire, qui a entre-temps fondé [l'Eclaireuz, son activité de services de zéro déchet aux entreprises et professionnel.le.s](#), sort un livre qui revient sur son périple en vélo.

Objectif de l'ouvrage : diffuser les pratiques observées, et

ainsi aider celles et ceux qui souhaitent lancer une démarche et franchir le cap de la réduction des déchets au travail.

Ce sont ainsi 33 structures (sur les 38 visitées) qui sont présentées dans le livre, qui mêle ainsi récit de voyage et retour d'expérience. On découvre ainsi par exemples les bonnes pratiques d'un lycée agricole, d'un salon de coiffure, de trois communautés de communes dont une île, d'une entreprise de cosmétique, d'une entreprise de portail, d'une exploitation agricole, d'un hôtel-restaurant, d'une fleuriste...les profils sont variés. « Ce sont donc leurs pratiques de réduction des déchets à la source explicitées de manière détaillée que je retranscris dans ce livre. Il ne s'agit pas d'un récit, mais bien d'un livre-outil, d'un objet pratique pensé pour motiver et aider celles et ceux qui aimeraient y aller, ou qui hésitent encore, voire qui n'y avaient même pas pensé. Il ne s'agit pas non plus d'un livre d'entretiens », précise Claire.

Et, cerise sur le gâteau (anti gaspi bien sûr), c'est Rob Hopkins, initiateur du mouvement des Villes en Transition, qui a co-signé la préface, avec Xavier Combes, son ami et traducteur français.

Auto-édité, « En selle vers la réduction des déchets – Témoignage de ces professionnels qui ont osé s'y mettre », est déjà disponible en pré-commande, via le site <https://www.helloasso.com/associations/cote-waste/boutiques/en-selle-vers-la-reduction-des-dechets-la-pre-vente>

Claire Cariou reprendra également le même chemin que son Tro Breizh, mais pas à vélo cette fois, en octobre, pour assurer la promotion de son livre et aller à la rencontre du public.

PSST... NOUS AVONS TOUJOURS BESOIN DE VOTRE SOUTIEN !

Nous sommes un webmédia associatif, basé à Morlaix qui met en avant les actrices et les acteurs des transitions écologiques nécessitant évidemment des transitions sociales, culturelles et solidaires dans nos territoires de Bretagne. Outre, notre

site d'information, alimenté par notre journaliste-salariée et par des plumes citoyennes bénévoles, nous menons ponctuellement des actions de sensibilisation aux transitions et de formation aux médias citoyens avec des interventions auprès d'associations et d'établissements scolaires.

Pour tout cela, nous avons le soutien de collectivités territoriales et de l'Etat. Percevoir de l'argent public pour nos activités d'intérêt général fait sens pour nous.

Pour autant, votre participation citoyenne nous est essentielle :- vos envies d'écrire, ou de photographier, ou de podcaster des initiatives de transitions dans les cinq départements de Bretagne historique.- vos contributions financières pour continuer de mener à bien nos projets en 2024, notamment nos « Portraits de femmes en transition ». – vos implications dans notre vie associative.

Pour cela, vous pouvez adhérer en ligne : <https://www.helloasso.com/associations/eco-bretons/adhesions/adhesion-2024>