

Toi aussi, consomme plus responsable !

C'est une injonction que tu as forcément déjà entendue : sois responsable dans ton quotidien de consommateur ! Mais comment... et pourquoi ? Depuis la fin de la seconde guerre mondiale, nos sociétés connaissent des bouleversements en profondeur et de nouvelles pratiques de consommation parfois frénétiques. Au point que les ressources nécessaires à la production de biens et services finissent par manquer, et qu'en fin de vie, ceux-ci génèrent des montagnes de déchets. Lentement mais sûrement, la prise de conscience fait son chemin. **Voici quelques bonnes raisons et des astuces concrètes pour accélérer le mouvement !**

Un BISOU avant d'acheter

Avant de craquer pour une nouvelle paire de baskets, pose-toi cinq questions rapides :

Besoin :

ai-je vraiment besoin d'acheter cet objet ?

Immédiat :

est-ce nécessaire de l'acheter maintenant ?

Semblable :

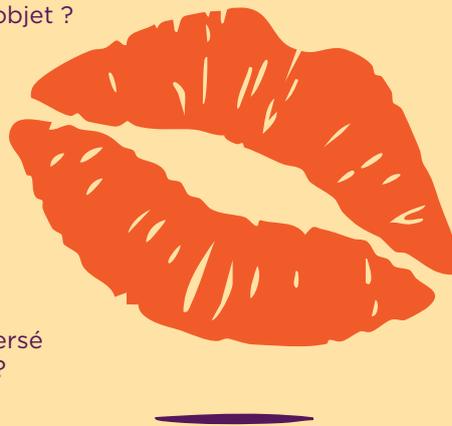
n'ai-je pas déjà un produit similaire et en bon état chez moi ?

Origine :

le produit que je convoite a-t-il traversé la Terre pour arriver jusqu'au rayon ?

Utilité :

vais-je l'utiliser souvent ?



4

Le chiffre qui parle

En France, la consommation a été multipliée par quatre depuis les années 1960, portée par un désir d'accumulation croissant et un renouvellement toujours plus rapide de nos objets.

Source : INSEE



5 astuces pour mieux consommer sans se priver

Connaître le cycle de vie du produit

Extraction de matières premières, fabrication, transport, distribution, utilisation, fin de vie... Chaque étape consomme des ressources ! Les comprendre aide à guider ses choix.

Éviter le gaspillage alimentaire

Faire des listes de courses, bien lire les dates de péremption, bien conserver les aliments... Des économies pour le portefeuille comme pour la planète ! (voir notre fiche dédiée)

Se pencher sur son dressing

Combien de vêtements inutilisés envahissent vos placards ? Avant de craquer pendant les soldes, rappelez-vous qu'il faut 2 000 litres d'eau pour fabriquer un simple t-shirt... (voir notre fiche dédiée)

Revoir ses usages numériques

Ne pas changer trop souvent de téléphone, éviter les partages intempestifs sur les réseaux sociaux, se connecter dès que possible en wifi... Ou comment surfer sans trop consommer ! (voir notre fiche dédiée)

Adopter le réflexe réparation

Pour l'électroménager ou pour un jean troué, faites remettre en état plutôt que de jeter ! En plus, en passant par un professionnel labellisé QualiRépar ou Refashion, une partie du coût est prise en charge !



Comment AFNOR s'empare du sujet



L'Ecolabel européen :

décerné sur audit à 25 familles de produits et services à moindre impact environnemental.



Le label VertVolt :

pour les fournisseurs d'électricité s'approvisionnant en sources décarbonées, avec ou sans nucléaire.



La vérification Seconde vie :

l'assurance d'une marque qui propose des produits issus du réemploi, du reconditionnement ou du recyclage.



Le label QualiRépar :

les réparateurs d'équipements électriques et électroniques référencés vous donnent droit à une aide financière à la réparation.



Pourquoi faire des efforts ?

Des crises en série

Crise climatique :
+1,43 °C sur Terre entre 1850 et 2023⁽¹⁾

Crise de la biodiversité :
68 % des populations de vertébrés ont disparu entre 1970 et 2016⁽²⁾

Crise de ressources :
2,3 milliards d'habitants vivent dans des zones sous pression hydrique⁽³⁾



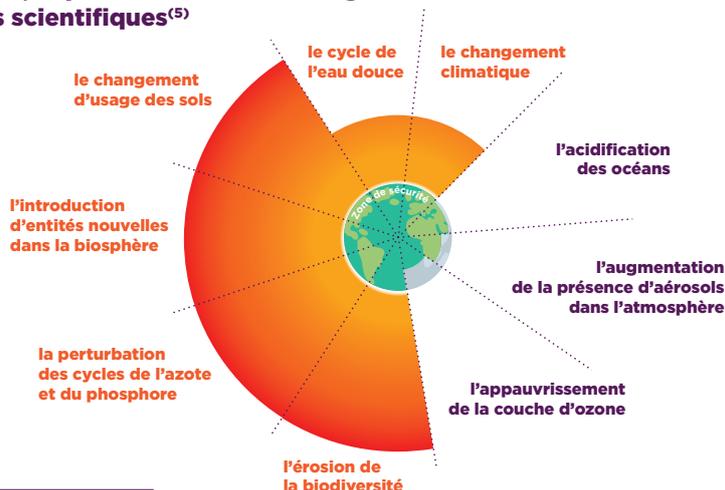
Le jour du dépassement avance

À quelle date avons-nous consommé tout ce que la planète peut produire en un an ?⁽⁴⁾



Des limites planétaires dépassées

En 2023, la planète est dans le rouge sur 6 des 9 limites fixées par les scientifiques⁽⁵⁾



L'éclairage d'AFNOR

« Nos comportements pèsent lourd, les études montrent que les activités humaines expliquent largement les crises actuelles.

Revoir nos modes de consommation fait partie des solutions.

Savez-vous que chaque année, près d'un million de cadeaux de Noël non désirés finissent directement à la poubelle ? Alors faites un cadeau à la planète en adaptant vos pratiques ! »

Rodolphe Civet,
responsable du pôle sécurité des produits, des pratiques et des consommateurs chez AFNOR Normalisation



afnor.org/
developpement-durable

1 - Ministère du développement durable : <https://www.statistiques.developpement-durable.gouv.fr/edition-numerique/chiffres-des-du-climat-2024/fr/3-observations-du-changement-climatique-et>
2 - Office français de la biodiversité : <https://www.ofb.gouv.fr/pourquoi-parler-de-biodiversite/la-biodiversite-en-danger>
3 - Programme pour l'environnement de l'ONU : <https://www.unep.org/fr/actualites-et-recits/recit/lechelle-mondiale-3-milliards-de-personnes-sont-exposees-un-risque-pour>
4 - ADEME : <https://librairie.ademe.fr/consommer-autrement/7438-1er-aout-2024-jour-du-depassement.html>
5 - <https://www.notre-environnement.gouv.fr/themes/societe/article/limites-planetaires>