

Le Zéro Déchet



Qu'est-ce que c'est ?

Le Zéro Déchet est une **philosophie** fondée sur une série de pratiques visant à **éviter autant que possible de générer des déchets**, en agissant de manière responsable dans son quotidien et, en amont, lors de ses achats.

Contrairement aux idées reçues, ce mode de vie **ne se base pas sur un recyclage** intensif (coûteux, inefficace), au contraire, il cherche à ne l'utiliser qu'en dernier recours avant la décharge (tout comme le fait de composter).

C'est une française, **Béa Johnson**, mariée, 2 enfants et vivant à San Francisco, qui est à la tête de ce mouvement, grâce à son site internet et son livre Zéro Déchet. Sa famille génère seulement **1 litre de déchets ménagers par an...**

Elle a établi **5 règles** permettant d'engendrer naturellement très peu de déchets, avec à la clé environ **40% d'économie**, une santé préservée et plus de temps. Elle prouve que ce mode de vie est tout à fait compatible avec une vie active.

Les 5 « R » (à appliquer dans l'ordre)

① Refuser (ce dont on n'a pas besoin)

Il s'agit ici de veiller à notre comportement à l'**extérieur** de la maison. En effet, la moindre chose qu'on achète/accepte/prend (sac plastique, stylo gratuit, prospectus...) fait **augmenter la demande**. Accepter passivement revient à tolérer et renforcer des pratiques génératrices de déchets.

Refuser des objets non nécessaires, bien qu'étant l'action la plus **difficile** des 5 points, en raison de notre **peur de déplaire** socialement, nous permet pourtant de reprendre la main sur notre existence et fait gagner un temps précieux par la suite : celui de s'occuper d'un objet inutile. Collectivement, le pouvoir du refus est réel, il peut notamment faire changer les habitudes commerciales de notre société (objets à usage unique, échantillons gratuits, emballages inutiles...).

② Réduire (ce dont on a besoin)

Réduire permet de s'attaquer au problème de la raréfaction des ressources et à l'accroissement de la population, en préférant la **qualité à la quantité**, les expériences aux biens matériels (simplicité volontaire). Les objets qui ne servent pas peuvent être **donnés** à qui en a besoin, ou **vendus**, et la maison trop grande laissée pour un logement plus petit. Acheter en **vrac** évite les emballages. Fuir les médias et les virées shopping **limite la tentation**. Acheter d'**occasion**, préférer le **vélo**, le **train** ou **covoiturer** préserve des ressources.

③ Réutiliser (ce qu'on ne peut refuser ou réduire)

Réutiliser consiste à **maximiser l'utilisation** et donc la durée de vie d'un objet. Il ne doit pas être confondu avec le recyclage, qui nécessite un retraitement de l'objet (coût, énergie, ressources). La plupart des objets jetables ont des **équivalents réutilisables** : cabas vs sacs plastique, microfibras vs sopalin, mouchoirs en tissu vs en papier, serviettes de table lavables vs jetables, bocaux vs barquettes (pour les aliments à la coupe), paille inox vs plastique...

④ Recycler (ce qu'on ne peut refuser, réduire ou réutiliser)

Recycler nécessite de l'énergie et produit des déchets, mais cette activité souffre surtout d'un **manque de coordination** des acteurs et de **réglementation** pour l'encadrer. Grâce aux 3 premiers points du Zéro Déchet, le recyclage devient très faible. Il permet néanmoins **d'orienter ses choix** lors de ses achats, en privilégiant des matériaux bien recyclés (verre, acier, aluminium, papier...).

⑤ Retour à la terre (composter le reste)

Il s'agit d'un **recyclage naturel** des matières organiques, phénomène qui est entravé lorsque ces dernières sont mélangées à des déchets non compostables en décharge. Il est donc essentiel de les séparer des autres déchets, en particulier au niveau de la **cuisine**. Il suffit de mettre, dans un placard, un bac (sans sac plastique, sans couvercle) pour collecter ses épluchures et restes (sauf déchet d'origine animale). Facile et sans odeur, il n'y a qu'à le vider dans son compost une fois par semaine (compost en tas, composteur de jardin, lombricomposteur pour appartement, collecte municipale, déchetterie...)

Sources

- *Zéro déchet*, Béa Johnson, édition Les arènes
- <http://www.zerowastehome.com/>