



Association pour la santé environnementale du Québec
Environmental Health Association of Québec

ECO-JOURNAL

Août 2020

Clémentine Pierrefeu

Savoir vivre localement

Si la COVID-19 nous a révélé quelque chose, ce sont les défauts inhérents à notre système capitaliste mondialisé. Les pays ont fermé leurs frontières et limité les mouvements à l'intérieur de celles-ci pour freiner le flux de personnes et ainsi ralentir la propagation du virus. S'en est suivie une course, une compétition internationale, pour importer masques, ventilateurs et autres fournitures que les pays n'avaient pas parce qu'ils ne les produisaient pas. La mondialisation et le libre-échange sont de bonnes choses pour enrichir l'économie des États, car certaines choses ne peuvent être produites que dans certaines régions du monde. Cependant, leur abus peut également devenir un facteur d'instabilité : la délocalisation systématique des industries entraîne une dépendance et un manque d'autonomie... or, dans notre système actuel, il est beaucoup plus rentable de produire ailleurs que de le faire localement.

Plaider pour que les gens consomment localement autant que possible n'est pas tant une question de chauvinisme qu'une façon de prendre une position politique et environnementale en tant que consommateur ainsi que de gagner plus d'autonomie. En effet, l'un des effets de la crise COVID-19 a également été d'accroître l'insécurité alimentaire dans le monde entier. Il suffit de regarder notre riche et puissant voisin,

**Association pour la santé environnementale du Québec / Environmental Health Association of Québec
(ASEQ-EHAQ)**

C.P. 364, Saint-Sauveur, Québec J0R 1R0 / P.O. Box 364, Saint-Sauveur, Québec J0R 1R0

☎ 514-332-4320 ☎ 450-227-4143 bureau@aseq-ehaq.ca / office@aseq-ehaq.ca

www.aseq-ehaq.ca / www.HypersensibiliteEnvironnementale.com / www.ecoasisquebec.ca



où des millions d'Américains ont souffert de la faim et ont dû s'en remettre aux banques alimentaires, alors que la crise frappait l'économie.

Alors, en pratique, à quoi ressemblerait de « vivre au niveau local » ?

- *Cherchez l'étiquette bleue.* La règle est simple : dans vos épiceries, choisissez toujours les fruits, les légumes et autres produits qui sont identifiés comme "aliment du Québec" ou "produit d'ici". Si ce n'est pas un produit du Québec, restez à l'affût de la provenance : les raisins de l'Ontario sont beaucoup plus proches de vous que ceux de Californie.
- *Vivez avec les saisons.* Et oui, les produits saisonniers ont plus de chances d'être locaux ! Par exemple, les fraises de février viendront des États-Unis. Attendez le mois de juin, et vous aurez alors des fraises québécoises délicieuses et parfumées.
- *Un jardin à la maison.* Les plus chanceux d'entre nous ont peut-être un jardin s'ils vivent à la campagne, ou au moins un balcon. Quoi qu'il en soit, avoir un petit jardin ou l'on fait pousser quelques aliments de base vous aidera à devenir plus autonome. Les lecteurs vivant en appartement peuvent se référer à "[Jardiner dans un espace limité](#)".
- *Démonétisons notre économie locale.* Maintenant que vous pensez à construire un jardin, vous vous demandez peut-être « je veux devenir autonome, mais pour ça, j'aurais besoin d'une ferme ! » La solution? Votre communauté. N'oubliez pas que vivre localement, c'est aussi créer une communauté soudée. Trouvez quelques personnes avec lesquelles vous coordonnerez vos jardins. Ainsi, vous pourrez commencer à échanger : J'ai des tomates, il a des courgettes; j'ai des noisettes, elle peut réparer mon évier. Tout ne doit pas forcément être une question d'argent! Considérez cela comme l'allégorie des longues cuillères : ça ne fonctionne que si tout le monde collabore.
- *Préférer l'occasion au neuf.* Je pourrais vous dire « achetez du fabriqué au Canada », mais ce n'est pas seulement difficile à trouver, c'est aussi très cher. Donc, si vous n'avez ni l'argent ni le temps, votre deuxième choix est d'acheter d'occasion. Le système capitaliste mène à la surproduction et aux déchets en



masse, comme l'industrie de la mode. Faites une faveur à votre planète et commencez à acheter vos vêtements, meubles et outils d'occasion!

Vivre localement n'est pas seulement bon pour l'environnement, car vous luttez contre la surproduction, le transport intensif en carburant et les produits à forte empreinte carbone. C'est aussi meilleur pour la santé, car vous consommez davantage d'aliments saisonniers riches en vitamines, vous bénéficiez d'une plus grande autonomie, vous resserez les liens communautaires et créez un filet de sécurité sociale plus fort, et vous soutenez les producteurs et artisans locaux.

Commencez petit et vivez au niveau local!

Articles

Radio-Canada. *COVID-19: Réfléchir à l'insécurité alimentaire*, <https://ici.radio-canada.ca/nouvelle/1692122/agriculture-alimentation-insecurite-alimentaire-gisele-yasmeen>

Le Monde. Aux États-Unis, les banques alimentaires débordées, https://www.lemonde.fr/international/article/2020/05/13/les-banques-alimentaires-debordees-aux-etats-unis_6039516_3210.html

Mediapart. *Qu'est-ce que la décroissance?* <https://blogs.mediapart.fr/edition/cultures/article/050209/quest-ce-que-la-decroissance>

Vidéos et sites

Caritas Internationalis. *One Human Family, Food For All*, <https://www.youtube.com/watch?v=qhU5JEd-XRo> (Allégorie des longues cuillères)

Kurzgesagt. *Le bio est-il vraiment mieux ? Nourriture saine ou arnaque tendance ?* <https://www.youtube.com/watch?v=8PmM6SUn7Es> (Sous-titres français disponibles)

Aliments du Québec. <https://www.alimentsduquebec.com/fr/>

Livre recommandé



Kate Raworth. *Doughnut Economics: Seven Ways to Think Like a 21st Century Economist* (2017), Chelsea Green Publishing Company.

Théorie de la décroissance

Dessine-moi l'éco. La décroissance, une solution à la crise.

<https://www.youtube.com/watch?v=TJymoeijdDs>

Degrowth. <https://www.degrowth.info/fr/>