

## Une nouvelle année Écoresponsable : des résolutions pour réduire ses déchets qui tiennent vraiment la route

Alors que nous entrons dans une nouvelle année, c'est le moment idéal pour réfléchir à l'impact de nos habitudes quotidiennes sur la planète et à la manière dont de petits changements peuvent avoir des effets bénéfiques significatifs et durables sur l'environnement. Si les résolutions traditionnelles s'estompent souvent dès le mois de février, les objectifs de réduction des déchets ont tendance à être différents. Ils sont pratiques, motivants et offrent des avantages immédiats : économies d'argent, réduction de l'encombrement et protection de l'environnement.

Cette année, passons des intentions nobles à des habitudes réalistes. Voici des résolutions visant à réduire les déchets qui sont simples à mettre en place, faciles à maintenir et qui ont un impact considérable.

### **1. Commencez par ce que vous avez déjà.**

Avant d'acheter quoi que ce soit de nouveau, faites l'inventaire de ce qui vous entoure. Utilisez jusqu'à la dernière goutte de savon, réutilisez les bocaux pour le rangement et terminez vos vieux cahiers avant d'en acheter de nouveaux. Lorsque nous repensons ce que nous considérons comme des « déchets », les objets du quotidien deviennent des outils de créativité et de durabilité.

**Conseil :** adoptez la devise « Utilisez d'abord ce que vous avez ».

### **2. Remplacez les articles à usage unique par des articles réutilisables, un à la fois.**

Inutile de tout changer du jour au lendemain. En remplaçant les articles progressivement, le changement devient abordable et gérable.

Envisagez de remplacer :

- Les essuie-tout jetables → par des essuie-tout en tissu.
- Les sacs en plastique → par des sacs réutilisables.
- Les gobelets des cafés → par des tasses de voyage.
- Les bouteilles d'eau à usage unique → par des bouteilles rechargeables personnelles.

Commencez par un seul changement, familiarisez-vous avec celui-ci, puis passez au suivant.

### **3. Réduisez le gaspillage alimentaire grâce à une planification simple.**

Le gaspillage alimentaire est l'un des principaux facteurs contribuant à la production de déchets ménagers. Quelques petites habitudes peuvent faire une grande différence :

- Planifiez vos repas avant de faire vos courses.
- Conservez correctement les produits frais.
- Congelez les restes au lieu de les oublier dans le réfrigérateur.
- Faites preuve de créativité avec les ingrédients « imparfaits » (soupes, sautés, smoothies !).

**Relevez le défi** : essayez de préparer chaque semaine un « repas de nettoyage du réfrigérateur ».

### **4. Optez pour des célébrations générant peu de déchets.**

Des anniversaires aux réunions, les célébrations génèrent souvent des déchets excessifs. De petits ajustements permettent de les rendre à la fois joyeuses et durables.

- Décorez avec des objets réutilisables ou des éléments naturels.
- Choisissez des cadeaux significatifs, faits à la main ou consommables.

- Achetez d'occasion plutôt que neuf, dans la mesure du possible.

Festif ne rime pas forcément avec gaspillage !

## 5. Rendez la durabilité sociale

Les résolutions sont plus faciles à tenir lorsqu'elles sont partagées. Échangez des recettes, partagez des astuces pour réduire les déchets ou mettez vos amis au défi de réduire leurs déchets avec vous. Le soutien d'une communauté rend le mode de vie écoresponsable plus amusant et moins intimidant.

**Essayez ceci :** choisissez une habitude écologique à suivre ensemble chaque mois.

## Conclusion

Une année écoresponsable n'a pas besoin d'être parfaite, elle doit simplement être intentionnelle. Chaque petit geste compte, et la constance est plus importante que l'ampleur. Que vous réduisiez vos déchets à la maison, au travail ou dans votre communauté, vous contribuez à un environnement plus sain et inspirez les autres à faire de même.

Accueillons la nouvelle année avec détermination, créativité et souci de notre planète.

À une année 2026 plus verte, un pas à la fois !