Je vote.

Afin de faire entendre ma voix politiquement, je participe aux élections en votant pour des candidat-e-s engagé-e-s pour le climat. (Site : ecorating.ch).

Je participe aux référendums et aux initiatives populaires.

Je choisis ma banque.

Mon argent ne doit pas servir à financer les énergies fossiles. Je choisis une banque qui place mon épargne dans des fonds durables.

(Exemple : Banque Alternative Suisse)

J’évite de voyager en avion.

Le secteur aérien est responsable de 10% des émissions de gaz à effet de serre en Suisse. Il est le moyen de transport le plus polluant qu’il existe.

Pour les destinations européennes, je choisis un train de nuit, et j’apprends à découvrir des régions plus proches de chez moi qui sont tout aussi attrayantes.

Je n’achète pas de manière compulsive.

Mes achats irréfléchis sont trop souvent inutiles. J’utilise donc des ressources pour … rien.

Avant d’acheter un bien, je réfléchis quelques jours de la pertinence de mon futur achat.

J’achèterai moins, et mieux.

J’évite de stocker mes données dans le cloud.

Dans le cloud, mes données sont stockées dans des serveurs souvent alimentés en électricité par des sources non-renouvelables (centrales à gaz et à charbon).

Ces installations sont ultra-énergivores, notamment pour leur refroidissement, le traitement des données et l’activité des générateurs de secours.

Je trie mes déchets.

Je réutilise les ressources déjà extraites, et j’évite donc d’en extraire davantage.

J’évite que mes déchets soient incinérés et je leur redonne vie.

Je cultive des légumes sur mon balcon ou dans mon jardin.

J’apprends à observer la nature et à la respecter. Je comprends comment ma nourriture est produite. Je fais un petit pas vers l’auto-suffisance et j’ai du plaisir à manger des légumes desquels je suis resté maitre de la chaine de production.

Je vide ma boite mail. Je me désabonne des newsletters.

Tant qu’ils sont conservés, mes mails sont stockés dans des serveurs informatiques ultra-énergivores.

Chaque mail avec pièce-jointe envoyé consomme l’équivalent d’une ampoule basse consommation pendant 1 heure.

(Site pour nettoyer ma boite mail : cleanfox.io)

J’utilise Ecosia ou Lilo.

Au lieu de gonfler les recettes des géants d’Internet, l’argent généré par mes recherches finance des projets écologiques et solidaires.

Ecosia plante des arbres et Lilo permet de soutenir les associations de mon choix.

Je réduis ma consommation de viande.

A l’échelle mondiale, l’élevage est responsable de 15% des émissions de gaz à effet de serre. C’est plus que les transports (voiture, avion, cargo, …) qui en constitue 13% selon le GIEC !

J’installe des ampoules LED.

Lorsque je dois changer une ampoule, je choisis une LED. Elle me permettra d’économiser environ 90% d’énergie sur l’éclairage (en comparaison avec une ampoule halogène).

Je suis attentif à la provenance des produits que j’achète.

Je contribue au soutien de l’économie de ma région et je réduis l’impact du transport de marchandises.

Aussi, pour de nombreux produits fabriqués loin de chez moi, les normes environnementales et sociales sont sensiblement moins exigeantes qu’en Suisse.

Je mange local et de saison.

Je contribue au soutien de l’économie de ma région et je réduis l’impact du transport de marchandises.

Je (ré-)apprends à apprécier la diversité d’aliments qui sont produits proche de chez moi.

Je renforce mon lien avec les agriculteurs de ma région.

Je ne laisse pas mes appareils électroniques en veille pendant la nuit.

Pourquoi ma télévision, mon imprimante ou mon ordinateur sont-ils allumés alors je ne les utilise pas ?

Même en veille, mes appareils électroniques consomment une quantité d’énergie non négligeable.

Lors de mes absences, je les éteints complètement.

Je conserve mes restes alimentaires pour les manger plus tard.

Aujourd’hui, un tiers de la production alimentaire mondiale est jetée.

Je lutte contre le gaspillage alimentaire.

Je mange BIO autant que possible.

Je soutiens une agriculture plus respectueuse de l’environnement.

En plus d’être considérés comme cancérigènes probables, certains produits phytosanitaires déciment les insectes polinisateurs et polluent les eaux et les sols.

Je participe aux projets d’agriculture urbaine de mon quartier.

Je participe à l’effort commun pour reverdir mon quartier et créer des espaces de convivialité.

Je favorise la biodiversité en ville.

J’apprends à observer la nature et à la respecter. Je comprends comment ma nourriture est produite.

Je m’informe.

Je comprends les enjeux et les conséquences du changement climatique.

Je prends des décisions raisonnées.

Je choisis des sources sûres.

Je ne me fais pas manipuler par les lobbys.

Je montre que je me sens concerné-e.

Je crée le débat.

Je fais prendre conscience à mes proches de l’urgence climatique.

J’incite les autres à agir avec moi.

Je change de téléphone uniquement lorsqu’il ne fonctionne plus.

Je lutte contre l’obsolescence programmée.

Je fais une utilisation raisonnée des ressources.

Est-ce réellement essentiel d’avoir la dernière nouveauté ? Cela améliore-t-il vraiment mon quotidien ?

J’apprends à cuisiner.

Je peux choisir les produits que j’utilise pour me nourrir. J’ai des garanties de traçabilité de ma nourriture.

Je ne dépends pas de l’industrie agro-alimentaire.

Je suis en meilleure santé.

J’achète d’occasion plutôt que neuf.

J’utilise ce qui existe déjà au lieu d’encourager la fabrication de nouveaux biens.

Je donne une seconde vie aux objets encore fonctionnels.

Je fais des économies.

Je fabrique mes produits cosmétiques et mon savon moi-même.

Je réduis mes déchets.

Je sais de quoi mes produits sont composés. Je ne dépends plus de l’industrie.

Je calcule mon empreinte écologique.

Je connais mon exploitation actuelle des ressources.

Je sais comment m’améliorer.

(Site : wwf.ch)

« La vraie révolution est celle qui nous amène à nous transformer nous-mêmes pour transformer le monde »

Pierre Rabhi