

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 maître de la chaîne de production.

Je vide ma boîte 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 boîte 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 pollinisateurs 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