

Université Libre de Bruxelles
Institut de Gestion de l'Environnement et d'Aménagement du Territoire
Faculté des Sciences
Master en Sciences et Gestion de l'Environnement

**Le zéro déchet, un engagement radical ou la suite logique d'une réflexion
écologique ?**

Mémoire de Fin d'Etudes présenté par
GOURICHON, Anaïs
en vue de l'obtention du grade académique de
Master en Sciences et Gestion de l'Environnement
Finalité Gestion de l'Environnement M-ENVIG

Année Académique : 2015-2016

Directeur : Professeur Tom Bauler

*Je souhaite adresser mes remerciements les plus sincères aux personnes qui m'ont apporté leur aide
et qui ont contribué à l'élaboration de ce mémoire.*

Je tiens tout d'abord à remercier Tom Bauler pour avoir accepté d'encadrer mon mémoire.

*Je tiens également à exprimer ma reconnaissance aux participants de mon enquête qui m'ont apporté
leur aide et accordé de leur temps.*

Enfin, un grand merci à tous mes proches pour leur soutien tout au long de cette année.

Résumé

Cette étude vise à étudier l'émergence de la pratique du zéro déchet chez les consommateurs engagés et à comprendre comment cette pratique se développe, recrute de nouveaux individus et quels sont les principaux obstacles à sa mise en place.

Pour le néophyte cette décision de réduction voire de suppression des déchets pourrait paraître irréalisable, toute droite sortie d'esprits idéalistes qui, tels des Don Quixote modernes, se battent dans un combat perdu d'avance. Pourtant ces adeptes se multiplient de jour en jour témoignant d'une pratique qui touche toujours plus de monde.

Avant d'avoir rencontré ces pionniers de l'anti-plastique et de l'anti-usage éphémère il serait facile de tomber dans les stéréotypes et d'y voir des utopistes en recherche d'un nouveau passe-temps hors du commun. Après avoir pu mettre des visages sur tous ces pseudonymes suivis via les blogs et autres billets partagés sur internet, je me rendis compte qu'il s'agit de personnes ont ne peu plus normales. Des mères de famille, des jeunes couples ou encore des célibataires qui n'ont rien d'excentrique. Leur choix de passer au zéro déchet peut sembler hors norme mais ils sont unanimes pour témoigner de la facilité avec laquelle ils ont pu mettre en place cette réduction de déchets. Activistes de l'ombre, leur cause ils la défendent et tentent d'y sensibiliser leur entourage.

Mots-clés : zéro déchet, pratiques, consommation engagée, théorie des pratiques

Table des matières

INTRODUCTION	7
PREMIERE PARTIE : APPROCHES THEORIQUES	9
A. La gestion des déchets une problématique en terme de durabilité	10
1. Le cadre réglementaire de la gestion des déchets.....	10
a. Au niveau européen	10
b. Au niveau belge.....	12
2. Les déchets municipaux.....	13
a. Du problème à la ressource : évolution de la gestion des déchets municipaux en Belgique	14
b. Que trouve-t-on dans nos poubelles ?.....	16
3. Une vision sur le traitement de nos déchets.....	18
a. Le cycle de vie des déchets.....	18
b. L'économie du recyclage.....	20
B. La pratique du zéro déchet comme pratique de consommation	22
1. « Le meilleur déchet est celui que l'on ne produit pas » : le cas du zéro déchet	22
a. Principe.....	22
b. S'intéresser à la pratique du zéro déchet	23
c. Les enjeux socioéconomiques et environnementaux du zéro déchet	24
d. Les politiques zéro déchet comme solution face à la problématique des déchets	25
2. De la consommation responsable à la consommation engagée : les pratiques de consommation	26
a. Définir le périmètre de la consommation responsable	26
b. De la logique individuelle à l'action collective.....	28
c. Des pratiques de consommation socialement différenciantes	31
C. Les apports de la théorie des pratiques	32
DEUXIEME PARTIE : METHODOLOGIE DE TRAVAIL	35
1. Enquêter sur les pratiques de consommation	36
a. Prendre contact avec les enquêtés.....	36
b. Élaborer la grille d'entretien	37
c. Collecter et analyser les données	38
d. Limites liées à la méthodologie	39
2. Présentation et caractéristiques de la population	41
TROISIEME PARTIE : ANALYSE DE LA PRATIQUE DU ZERO DECHET PAR LA THEORIE DES PRATIQUES	44
1. Représentations symboliques	45
a. Le rôle du temps	45
b. L'échelle locale comme principe fondamental de la pratique	47
c. La question de l'engagement.....	48

2.	Compétences	49
a.	Le minimalisme : une pratique reliée au zéro déchet.....	49
b.	Le rôle de l'organisation, du temps et la question du choix.....	50
c.	L'acquisition de compétences et de savoirs faire nouveaux.....	51
d.	« Zero waste » l'autre dimension du mot « waste ».....	53
3.	Artefacts.....	54
a.	L'importance des objets réutilisables.....	54
b.	Les dispositifs mis en place permettant la pratique.....	55
c.	Une différence Bruxelles et la Wallonie pour faire ses courses ?	57
4.	Discussion.....	59
CONCLUSION.....		62
BIBLIOGRAPHIE.....		64
ANNEXES		69

Introduction

De par notre consommation actuelle, les produits que nous utilisons, que ce soit leurs emballages ou les objets en eux-mêmes sont potentiellement destinés à devenir des déchets. En effet, l'évolution du contexte social que ce soit par la mode par exemple ou par la réglementation peut rendre un objet obsolète et ainsi en faire un déchet.

Selon les différentes définitions présentes dans le droit européen ou le droit belge, un déchet est caractérisé par le fait qu'il devient inutile ou inutilisable par son propriétaire qui cherche donc à s'en débarrasser. Notons que cette définition est axée sur le mode de consommation occidentale. Ainsi, lorsque le détenteur d'un objet veut se défaire d'un produit, il est souvent réutilisable. Les moyens de gestion tels que la récupération, le recyclage ou le réemploi sont nettement plus répandus que dans les pays en développement par exemple.

On peut également considérer comme des déchets toutes les ressources utilisées pour produire un objet. Cette consommation de ressources entraîne à son tour des nuisances et des pollutions environnementales. Nous nous retrouvons aujourd'hui dans une situation où nous utilisons plus de ressources que nous devrions car elles sont pour la plupart rares et limitées et nous nous retrouvons à devoir gérer des quantités de déchets énormes. Pour bon nombre d'entre nous, se défaire d'un objet est un acte commun et quotidien et sa gestion nous échappe.

Avec cette étude nous voulons nous intéresser à un mode de gestion différent où le déchet doit constituer une ressource valorisable. Cette démarche née d'une réflexion centrée sur cette problématique est devenue un mouvement qui a émergé sous le nom de « zéro déchet ».

Dans notre société de consommation, voire de surconsommation, le zéro déchet apparaît comme un défi difficilement réalisable. Définir le zéro déchet est à la fois simple et complexe, on peut penser que l'idée de ce concept est résumée dans le titre et que les personnes se déclarant "zéro déchet" ne produisent plus le moindre déchet mais la réalité est plus nuancée. Parmi les personnes interrogées lors des entretiens ou le mouvement incarné par la personne de Béa Johnson, communicant autour de cette pratique sur Internet par l'intermédiaire des blogs et des réseaux sociaux, tous ceux ne possédant plus de poubelles conservent dans un bocal leurs déchets non recyclables. La quantité de déchets produits

est donc minime mais ne s'apparente pas à zéro, cette terminologie désigne donc l'idée de vouloir s'en rapprocher le plus possible.

Néanmoins le zéro déchet va plus loin et dépasse la frontière des déchets. Pour cette étude, nous partons de l'hypothèse que la pratique du zéro déchet associe des pratiques de consommation engagée et nous cherchons à comprendre comment la pratique du zéro déchet combinée à des pratiques de consommation engagée entraîne-t-elle une réduction drastique des déchets.

Afin de répondre à cette hypothèse de recherche, nous nous appuyons sur la théorie des pratiques pour analyser la pratique du zéro déchet en elle-même : comment, pourquoi, quels problèmes se posent et comment évolue cette pratique ? Dubuisson-Quellier et Plessz proposent de considérer les pratiques « *comme des blocs d'activités, de significations, de compétences et d'objets, et d'étudier comment elles se transforment et se diffusent en « recrutant des individus » qui ensuite les mettent en œuvre de façon routinière.* » (2013, p1)

Dans le cadre de la pratique du zéro déchet, la théorie des pratiques permet de questionner différentes dimensions. En effet, l'analyse des pratiques suppose de prendre en compte les objets nécessaires à la réduction des déchets et ainsi de saisir la dimension des artefacts. De plus, cuisiner et faire soi-même son pain, ses produits ménagers et cosmétiques demandent des compétences, du savoir-faire qui s'acquiert au fur et à mesure de la pratique. Enfin, les pratiques possèdent des représentations symboliques pour les individus que nous tâcherons d'analyser.

Dans un premier temps il sera question des notions théoriques soulevées par le sujet et ainsi de faire le point sur les différents apports scientifiques. L'objectif est de comprendre ce que représente la notion de déchet et d'analyser les principaux modes de gestion des déchets. La deuxième partie met l'accent sur le travail de terrain et la méthodologie. Cette partie permet de traiter les limites du terrain et les solutions apportées. Enfin la troisième partie traite quant à elle des résultats de recherche. Il s'agira ensuite de vérifier les hypothèses de départ et de voir quelles tendances se dégagent des résultats.

Première partie : Approches théoriques

A. La gestion des déchets une problématique en terme de durabilité

Afin d'appréhender le concept de zéro déchet, nous devons au préalable définir et expliquer un certain nombre de termes afin de comprendre les enjeux inhérents à la gestion des déchets.

Nous allons dans un premier temps établir un cadre théorique afin de définir ce que sont les déchets et la façon dont les politiques de gestion gèrent cette problématique. Nous chercherons ensuite à étudier ce qui concerne les ménages, c'est-à-dire les déchets municipaux, leur évolution en Europe et en Belgique, puis en se questionnant sur ce qui se trouve dans les poubelles des consommateurs. Enfin, nous verrons le cycle de vie d'un déchet selon son type ainsi que les différents modes de traitement employés.

1. Le cadre réglementaire de la gestion des déchets

a. Au niveau européen

La directive-cadre 2008/98/CE, qui a remplacé la précédente directive 2006/12/CE, tend à réglementer la gestion des déchets dans les pays européens.

La gestion des déchets est définie comme l'ensemble des étapes, de la prise en charge des déchets depuis leurs lieux de production au traitement et à l'élimination de ceux-ci. Elle comprend « *la collecte, le transport, la valorisation et l'élimination des déchets* » (Parlement Européen, 2008, p7).

Cette nouvelle disposition impose aux États membres la mise en place de programmes de « prévention des déchets » ainsi que des objectifs chiffrés de recyclage, de récupération et de réemploi à l'horizon 2020. En effet, outre la mise en avant de la prévention, l'accent est porté sur la valorisation et la requalification des déchets comme le définit cet extrait : « *La présente directive devrait aider l'Union européenne à se rapprocher d'une « société du recyclage » visant à éviter la production de déchets et à les utiliser comme ressources* » (Parlement Européen, 2008, paragraphe 28).

Cette dernière classe les déchets selon trois types :

- les déchets comme « *toute substance ou tout objet dont le détenteur se défait ou dont il a l'intention ou l'obligation de se défaire* » (Parlement Européen, 2008, p7) ;

- les déchets dangereux désignant « *tout déchet qui présente une ou plusieurs des propriétés dangereuses énumérées à l'annexe III¹* » (Parlement Européen, 2008, p7)
- les biodéchets qui sont « *les déchets biodégradables de jardin ou de parc, les déchets alimentaires ou de cuisine issus des ménages, des restaurants, des traiteurs ou des magasins de vente au détail, ainsi que les déchets comparables provenant des usines de transformation de denrées alimentaires* ». (Parlement Européen, 2008, p7)

Suivant cette classification, les déchets peuvent être distingués selon leur provenance, on parle généralement des déchets industriels et municipaux. Les déchets industriels proviennent de l'industrie et de l'agriculture. Ils sont composés de différents types de déchets comme la ferraille, les tissus, les débris rocheux, les cendres etc. alors que les déchets municipaux sont issus de l'activité des ménages, des commerces, des petites entreprises ainsi que des collectivités.

La directive met en place une « **hiérarchie des modes de traitement des déchets** » qui s'appuie sur l'échelle de Lansink² afin de minimiser les quantités de déchets produits et de maximiser la récupération des matériaux et d'énergie. Elle réaffirme les principes de prévention et de précaution, ainsi que celui de la responsabilité élargie du producteur.

Figure 1 : Hiérarchie des modes de traitement des déchets



Source : Ecodyger. (2014). *Que nous ordonne l'Union Européenne en matière de gestion des déchets ?* | En ligne : <http://fr.ecodyger.com/2014/cosa-ci-comanda-lunione-europea-sulla-gestione-dei-rifiuti/>

¹ Liste des propriétés qui rendent les déchets dangereux (Parlement Européen, 2008, p23)

² Méthode reconnue dans le domaine de la gestion des déchets pour la priorité donnée aux modes de traitements les plus respectueux de l'environnement et qui porte le nom du politicien néerlandais Ad Lansink.

Cette hiérarchie est constituée de cinq niveaux. Tout d'abord, la prévention de production de déchets s'inscrit de manière quantitative en évitant ou en limitant la création de déchets. Également de manière qualitative par le recours à des matériaux et des composants de produits ayant un impact limité sur l'environnement. Ensuite, lorsque les déchets sont produits, le premier mode de traitement devant être privilégié est la réutilisation du produit par la récupération et le réemploi, puis dans un second temps la réutilisation des matériaux passant par le recyclage, le compostage. Tous les déchets qui n'ont pas pu être traités auparavant par les autres modes de traitements peuvent alors servir pour produire de l'énergie par le biais de l'incinération avec valorisation thermique. Enfin, l'élimination, qui comprend l'incinération sans valorisation thermique ou l'enfouissement en décharge, ne doit intervenir qu'en dernier recours ou pour traiter les résidus des autres modes de traitement.

b. Au niveau belge

En Belgique, la gestion des déchets est une compétence régionale, ainsi les différentes régions ont transposé les deux directives européennes relatives aux déchets dans leurs droits. La région wallonne a intégré ces directives à son droit avec le décret du 10 mai 2012 relatif aux déchets qui établit les priorités en matière de prévention, de réutilisation et de recyclage. C'est le décret relatif à la gestion durable de cycles de matériaux et de déchets du 23 décembre 2011 qui met en application les directives européennes en Flandre. Enfin, dans la Région Bruxelles-Capitale, la politique relative aux déchets est établie par l'Ordonnance du 14 juin 2012 relative à la prévention et à la gestion des déchets.

La région bruxelloise a adopté successivement depuis 1992 des « plans déchets » afin de gérer et de réduire la production de déchets. Ils sont établis par Bruxelles Environnement et ont pour objectif de fixer les grands axes de la politique de gestion et de prévention des déchets pour plusieurs années. Le quatrième et dernier plan a été adopté en 2010 dans le contexte de la révision de la réglementation européenne en matière de déchets. Ce plan est effectif pour une durée indéterminée, contrairement aux précédents qui couvraient une période prédéfinie.

Les politiques publiques en matière de gestion des déchets ont appliqué les consignes européennes et partagent depuis quelques années le même message. En analysant le 4ème « Plan déchets » mis en place par la Région Bruxelles-Capitale, on peut constater quels sont les principaux objectifs des politiques publiques. Ce tableau récapitule les différents messages communiqués à la population et établit les moyens mis en œuvre à Bruxelles afin de réduire les déchets.

Objectifs	Prescriptions	Moyens mis en œuvre à Bruxelles
Réduction des déchets organiques	Composter, Biométhanisation, Éviter le gaspillage alimentaire	Composts personnels ou collectifs, lombricomposteur Projet « Be-organic » Accommoder les restes, acheter moins et plus souvent, faire une liste de cours, vérifier les dates de péremption
Réduction des PMC (Plastique, Métal, Carton)	Eviter le suremballage, Economiser le papier	Acheter au détail, des recharges, des boissons dans des bouteilles consignées, boire l'eau du robinet Recycler le papier, rationaliser l'impression, stop publicités
Réduction des déchets résiduel	Utiliser des contenants réutilisables Eviter les objets à usage unique	Refuser les sacs jetables, utiliser des serviettes, mouchoirs en tissu
Favoriser le réemploi et la réutilisation	Acheter ou vendre en seconde main Réparer, Donner, échanger	Repairs cafés Association les Petits Riens
Utiliser des produits plus respectueux de l'environnement et moins dangereux et toxiques	Produits écologiques Piles rechargeables	Mise à disposition des parcs à conteneurs pour éliminer les produits toxiques

2. Les déchets municipaux

Il faut distinguer deux types de déchets lorsque l'on s'intéresse à la production des ménages, les déchets ménagers et les déchets municipaux.

Selon l'Ordonnance relative aux déchets³, les déchets ménagers correspondent à ceux produits par les ménages dans le cadre de leurs activités habituelles. Ils comprennent les déchets triés comme le papier-carton, le verre, les emballages PMC, les déchets verts, les encombrants et les ordures ménagères résiduelles qui correspondent aux autres déchets non triés.

Les déchets municipaux regroupent une part plus importante de déchets car « *ils résultent de l'activité usuelle des ménages, auxquels sont ajoutés les déchets des activités commerciales, des bureaux et des institutions, ainsi que les déchets ayant des caractéristiques similaires provenant des entreprises et des services communaux* » (SPF Economie - Statistics Belgium, 2016).

³ Ordonnance du 14 juin 2012 relative aux déchets

a. Du problème à la ressource : évolution de la gestion des déchets municipaux en Belgique

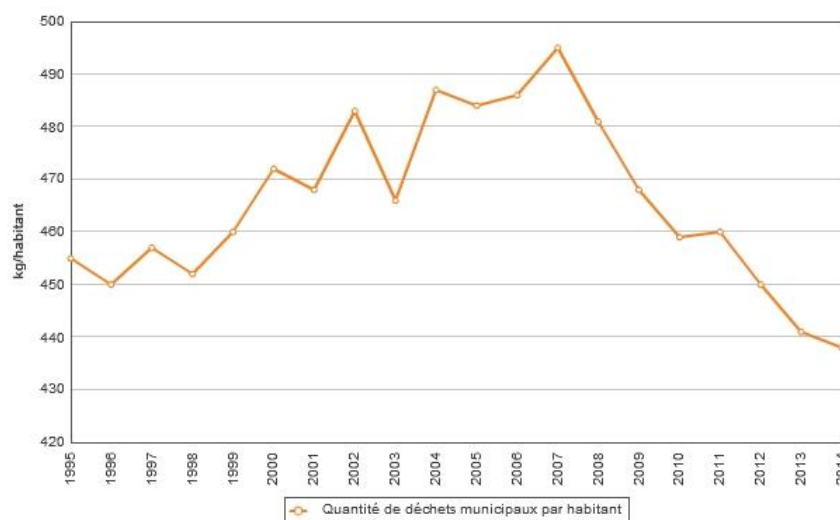
Au niveau européen, la production de déchets représente seulement 10% de la production totale. La moyenne européenne de déchets générés par personne s'élevait à 474 kg/personne en 2014 (Eurostat, 2016).

La problématique des déchets telle que nous la connaissons aujourd'hui remonte à la seconde moitié du XXème siècle, période à laquelle l'industrie se développe et crée de nouveaux produits et matières plus complexes qui se dégradent plus ou moins naturellement. Cette période correspond à l'entrée dans la société de consommation. Plus de consommation entraîne donc plus de production de déchets. La gestion des déchets devient une problématique nouvelle de par les volumes de déchets produits mais surtout de par les nouvelles matières à traiter.

Dans un premier temps, la réponse à cette nouvelle problématique passe par la mise en décharge. Cette mise à distance des déchets entraîne des nuisances environnementales, ainsi que visuelles et sonores. Avec l'évolution, l'incinération apparaît comme une meilleure solution car elle permet de fortement réduire la quantité de déchets. Malheureusement, cette solution entraîne également des problèmes environnementaux car elle libère des substances toxiques dans l'air. Peu à peu, dans les années 1990 et 2000, on commence à valoriser les déchets et à les considérer comme des ressources. En effet, en plus de poser des problèmes techniques et environnementaux, la gestion des déchets coûte cher. Le recyclage permet de réduire les quantités de déchets et l'incinération avec valorisation énergétique se développe.

Nous pouvons constater sur ce graphique que la quantité de déchets municipaux collectés en Belgique fut en constante augmentation jusqu'en 2007, atteignant les 495 kg/personne. Depuis cette date, les quantités de déchets municipaux sont en nette diminution.

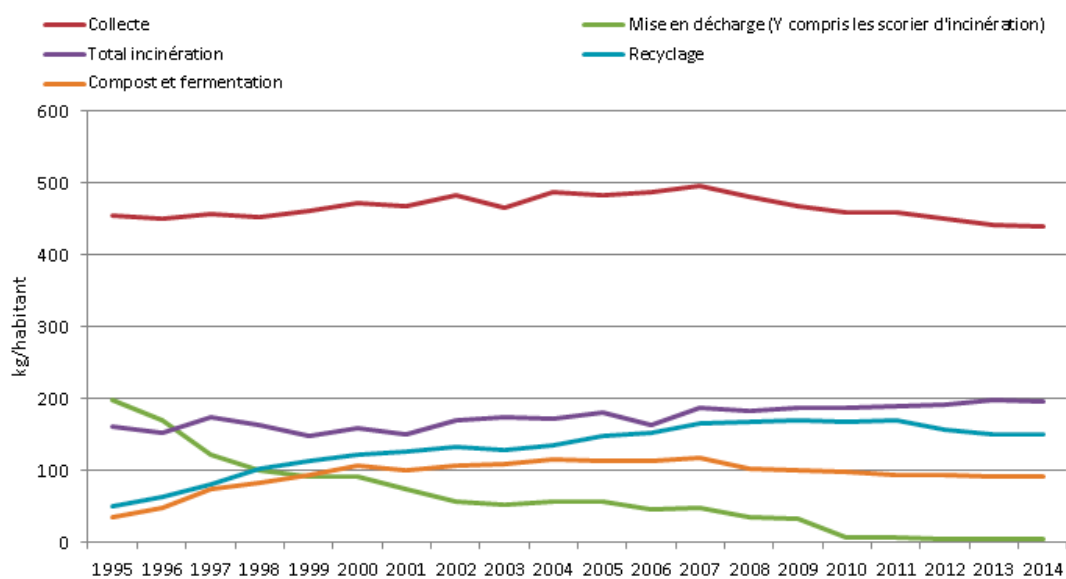
Figure 2 : Quantité de déchets municipaux par habitant, 1995-2004



Source : SPF Economie - Statistics Belgium, 2016

Plusieurs hypothèses peuvent justifier cette diminution. Tout d’abord, les politiques de sensibilisation en matière de prévention et de gestion sélective des déchets y sont pour beaucoup. Les politiques de tarification au volume avec les sacs poubelles payants, ainsi que la redevance au poids avec les poubelles pesées dans certaines communes belges ont permis de faire prendre conscience aux citoyens du coût et de la valeur de leurs déchets. Enfin, on peut émettre une dernière hypothèse quant à cette diminution qui peut s’expliquer par le ralentissement économique qu’a connu l’Europe ces dernières années.

Figure 3 : Déchets municipaux par mode de traitement en kg/habitant, 1995-2004



Source : Direction générale Statistique - Statistics Belgium sur base de données administratives

La part des déchets collectés sélectivement pour être recyclés a considérablement augmenté, passant de 19% en 1995 à 55% en 2014 (Eurostat, 2016). La Belgique, de par les politiques mises en œuvre, les mesures incitatives, ainsi que les campagnes de sensibilisation a réussi à réduire une part importante des déchets municipaux. On peut remarquer une légère diminution depuis 2010, où le taux de recyclage des déchets municipaux était de 57,7%, contre 55% en 2014. Cette diminution est expliquée par l'organisme FostPlus qui gère les déchets d'emballages ménagers, par une consommation de journaux et de magazines en baisse, faisant chuter la part papier-carton (FostPlus, 2015). De plus, comme on peut le constater sur le graphique, la part des déchets incinérés avec récupération d'énergie est très importante. On le remarque également lorsqu'on regarde les données, passant de 69 kg/habitant en 1995 à 191 kg/habitant en 2014, soit une augmentation de 42% à 97%. Les différentes parts des déchets recyclés, incinérés ou compostés ont depuis ces dernières années augmenté, montrant ainsi une meilleure valorisation. La mise en décharge a quant à elle considérablement diminué en Belgique.

b. Que trouve-t-on dans nos poubelles ?

Nous allons maintenant analyser le contenu d'un sac poubelle ménager afin de comprendre comment il se compose⁴.

Nous pouvons constater sur ce schéma que près d'un tiers du sac poubelle d'un consommateur est constitué de déchets organiques (32,5%). On peut considérer que 21% sont des déchets de cuisine tels que les épluchures de fruits et légumes, les sachets de thé et le marc de café, les coquilles d'œufs etc. 16% représentent les produits alimentaires non-consommés tels que les restes de repas ou les produits périmés et enfin 3% de déchets organiques issus des jardins.

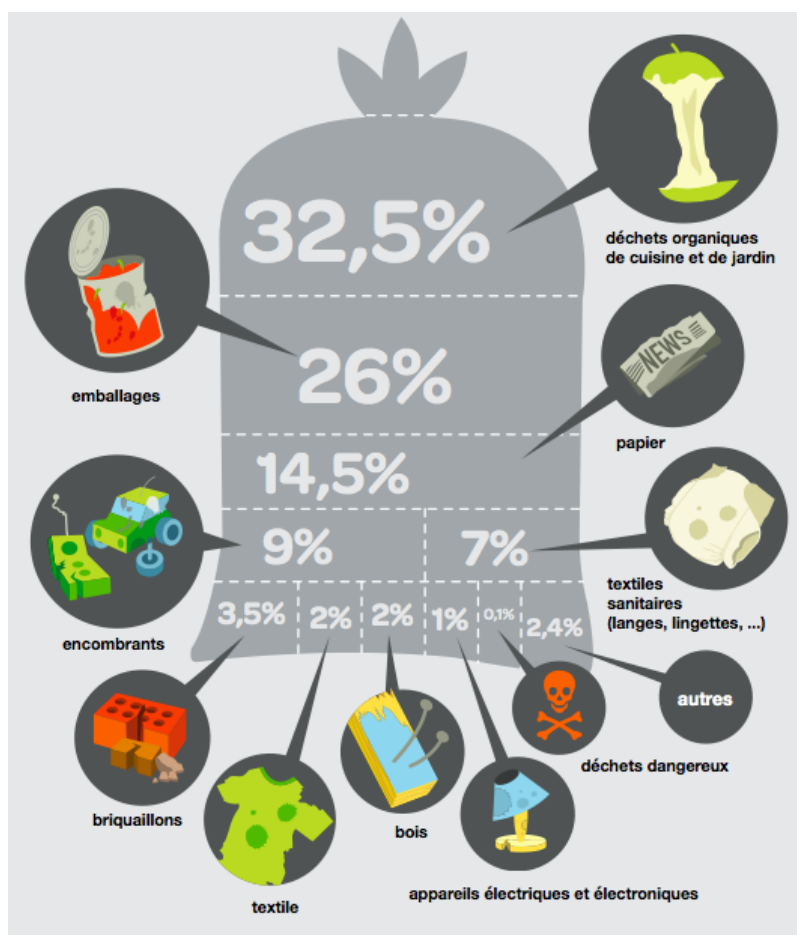
Les emballages représentent ensuite une part importante de la poubelle (26%), ils sont utilisés pour la manutention, le conditionnement et le transport des produits. On retrouve parmi les emballages les déchets PMC (bouteilles et flacons en plastique, emballages métalliques et cartons à boissons), les cartons d'emballages, le papier ainsi que le verre.

⁴ Il faut noter que l'exemple suivant est basé sur le cas bruxellois mais la composition des déchets ménagers est semblable entre les différentes régions. Les données fournies par la Wallonie sont équivalentes, les chiffres des études pour la région bruxelloise ayant été plus récemment mis à jour ont donc été préféré pour être présenté.

Les déchets ménagers résiduels comprennent les plastiques non recyclables et/ou souillés, les textiles sanitaires comme les langes ou les lingettes qui peuvent représenter une part importante dans la production de déchets (en moyenne l'utilisation de langes produit 280 kg de déchets par an et par nourrisson), mais aussi les litières non biodégradables, les produits en plastique ou en frigolite.

Enfin, le sac poubelle moyen est aussi composé de déchets spéciaux qui sont des déchets toxiques comme les détergents, les piles et batteries, les peintures, les colles, les engrais chimiques etc. Ils doivent être traités séparément afin de limiter les dangers sanitaires et environnementaux.

Figure 4 : Composition d'un sac poubelle d'un ménage bruxellois

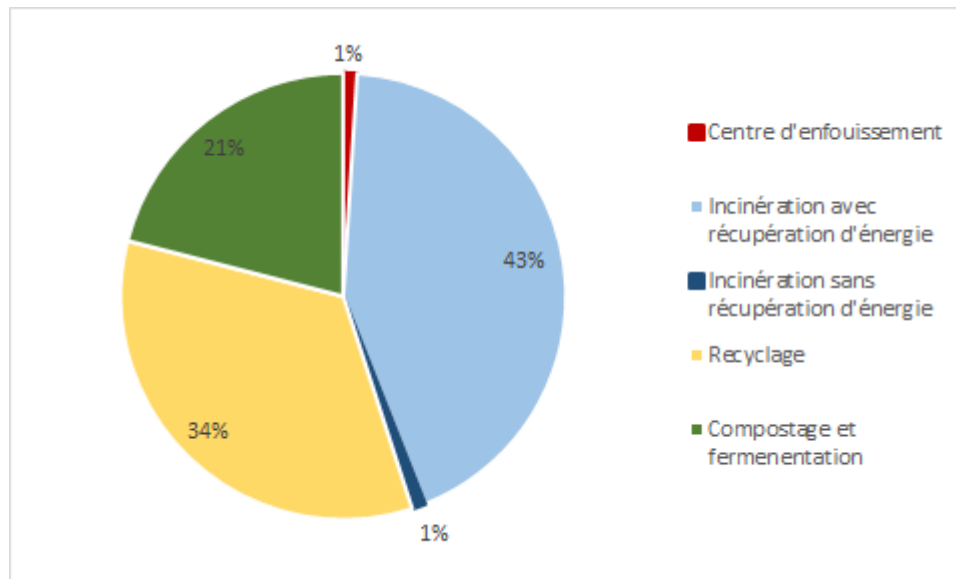


Source : Bruxelles Environnement. « Réduire ses déchets : 100 conseils pour consommer durable », mai 2016.

3. Une vision sur le traitement de nos déchets

a. Le cycle de vie des déchets

Figure 5 : Répartition des déchets entre recyclage, compostage, incinération et enfouissement en 2014



Source : IVCIE (Commission Interrégionale de l'Emballage)

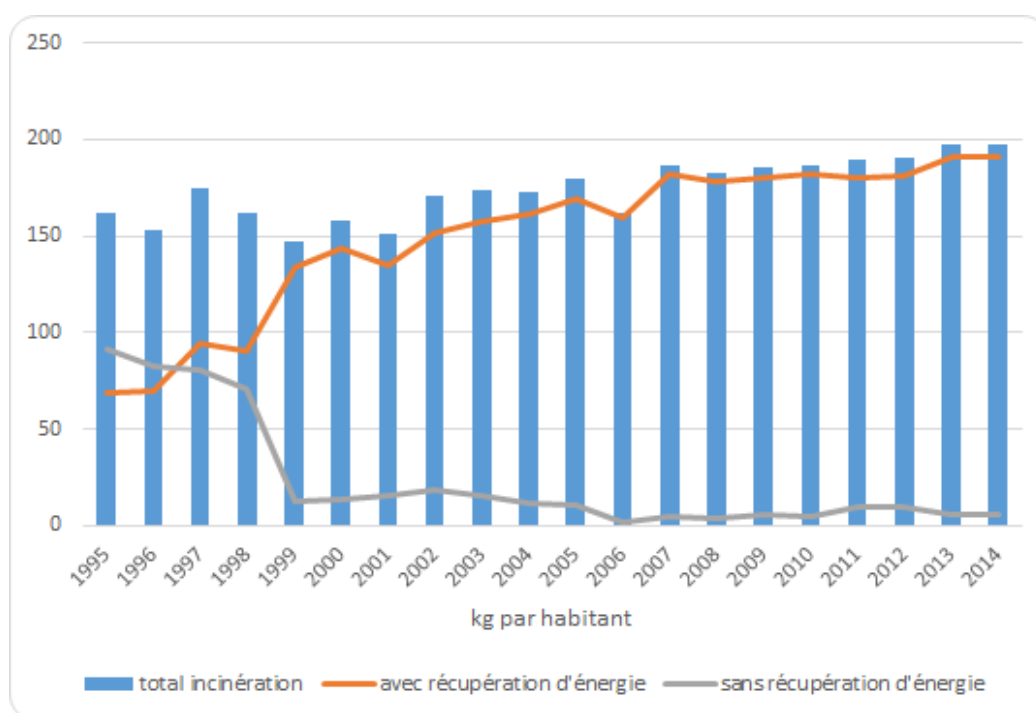
Ce graphique ci-dessus nous permet de constater comment sont traités les déchets selon les différents modes de gestion pour l'année 2014.

Les solutions en matière de gestion des déchets évoluent et proposent de moins en moins le recours à la mise en décharge, comme on peut le constater avec 1% du total des déchets municipaux collectés. Les chiffres nous indiquent que seuls les mâchefers⁵ issus de l'incinération sont entreposés dans les centres d'enfouissement technique (CET). Ces espaces sont ainsi conçus pour accueillir les résidus ultimes de traitement des déchets municipaux ainsi que les déchets industriels, c'est-à-dire des déchets qui ne sont ni valorisables, ni recyclables.

⁵ Les mâchefers constituent les résidus qui substituent après l'incinération des déchets. Ce sont des matériaux solides incombustibles composés de métaux lourds, de verre, de calcaire etc.

L'incinération avec valorisation énergétique (44%) et le recyclage (34%) sont parmi les méthodes les plus employées. L'incinération est un traitement thermique des déchets solides par combustion qui produit des mâchefers mais aussi des gaz de combustion et des cendres contenant des substances toxiques comme des dioxines, des oxydes d'azote et des métaux lourds devant être traités avant leur émission dans l'atmosphère. On parle aujourd'hui de valorisation énergétique car l'énergie dégagée par ce processus est valorisée en alimentant des réseaux de chaleur (chauffage, production d'eau chaude sanitaire etc.) ou en produisant de l'électricité à l'aide d'une turbine.

Figure 6 : Total des déchets municipaux incinérés avec et sans récupération d'énergie, 1995-2014



Source : Direction générale Statistique - Statistics Belgium sur base de données administratives

Comme on peut le voir sur ce graphique ci-dessous, la part des déchets traités n'a cessé d'augmenter depuis les vingt dernières années. De plus, au vu des chiffres présentés on peut constater que la majorité des déchets sont aujourd'hui incinérés avec une valorisation énergétique (43%).

La part des déchets organiques traités est également importante car elle représente 21% des déchets municipaux collectés.

b. L'économie du recyclage

La hiérarchisation des modes de traitement des déchets recommande en premier lieu la prévention, la réutilisation et le réemploi. Le recyclage et la valorisation énergétique des déchets apparaissent ensuite pour diminuer ainsi les quantités de déchets incinérés.

Figure 7 : Taux de recyclage des déchets municipaux collectés sélectivement

Recyclage (%)														
en %	2000	2001	2002	2003	2004	2005	2006	2007	2008	2009	2010	2011	2012	2013
TOTAL	62,5%	71,3%	70,2%	73,9%	76,0%	77,0%	79,0%	80,4%	78,9%	79,1%	79,8%	80,2%	80,3%	78,7%
Verre	79,7%	85,3%	92,8%	96,2%	97,5%	99,9%	99,8%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%
Plastique	25,5%	28,5%	29,5%	32,5%	36,5%	38,1%	38,5%	38,4%	39,5%	43,0%	41,5%	41,4%	41,5%	39,0%
Papier/carton	82,1%	85,8%	78,4%	79,2%	83,4%	83,3%	89,1%	92,0%	89,4%	88,0%	89,8%	90,4%	89,8%	89,1%
Métaux	70,3%	80,7%	86,2%	92,6%	91,0%	88,5%	93,2%	91,4%	94,0%	95,4%	94,7%	97,4%	97,3%	97,0%
Bois	34,0%	59,5%	55,3%	59,5%	64,0%	65,0%	63,8%	71,5%	57,9%	56,8%	63,3%	63,4%	66,1%	59,0%
Composites et autres	25,0%	34,0%	37,6%	1,5%	2,0%	2,0%	2,8%	3,3%	4,8%	7,4%	7,5%	9,0%	8,4%	6,7%

Source : IVCIE (Commission Interrégionale de l'Emballage)

Les chiffres sur le tableau ci-dessus nous indiquent que le recyclage du verre est assuré à 100%. En effet, le verre est un produit que l'on peut recycler à l'infini. Il est notamment préférable de recycler le verre car sa dégradation dans la nature prendrait des milliers d'années. Un traitement séparé des verres incolores et colorés permet d'obtenir du verre incolore car, sans ce tri, le mélange des deux types ne le permettrait plus. Une tonne de verre recyclée représente 0,66 tonne de sable et 0,1 tonne de calcaire, 1,17 m³ et 1,46 MWh soit 0,46 tonne d'équivalent CO₂ évité⁶.

Les papiers et les cartons sont composés de fibres de bois biodégradables (cellulose) et recyclables. Le recyclage des matières papiers peut être réalisé, selon le type de papier à fabriquer, deux à cinq fois. Il faut donc ajouter de nouvelles fibres pour produire du nouveau papier. Au-delà d'une certaine limite, d'autres modes de gestion sont utilisés comme la valorisation biologique ou énergétique. Le développement de technologies permet de réutiliser des vieux papiers, le recyclage de ce matériau s'améliore et allonge son cycle de vie.

Les déchets organiques proviennent des déchets de cuisine, de jardin et des déchets alimentaires non-consommés. Ils sont biodégradables. Le recyclage peut se faire de deux manières différentes : par aérobie (présence d'oxygène) et par anaérobie (absence d'oxygène). Le compostage répond à la

⁶<http://www.futura-sciences.com/magazines/environnement/infos/dossiers/d/developpement-durable-recyclage-traitement-dechets-932/>

première méthode et permet de créer du compost, réutilisable pour la fertilisation. La seconde méthode, la méthanisation, permet de créer du biogaz, constitué de méthane, utilisé pour produire de la chaleur, de l'électricité ou parfois du biocarburant.

Les métaux (acier et aluminium) ont également des résultats satisfaisants en matière de recyclage. L'aluminium est une matière recyclable à l'infini, quant à l'acier il met entre 5 et 10 ans pour disparaître dans la nature par phénomène d'oxydation.

La principale problématique qui se pose en matière de recyclage est liée aux plastiques, on peut voir sur le graphique que le plastique est recyclé à hauteur d'environ 40%. Le traitement permettant de recycler ce matériau est complexe, les résultats ne sont pas satisfaisants. Le plastique fait de plus en plus polémique que ce soit pour son caractère polluant pour l'environnement ou sa dangerosité pour la santé. Une part importante des matières plastiques qui ne sont pas traitées ou recyclées finissent dans la nature et dans les océans, causant ainsi la mort d'une partie de la faune et de la flore marine. Seuls deux types de plastiques sont totalement recyclables : les PET (Polyéthylène Téréphtalate) les plastiques transparents ou colorés et les PEHD (Polyéthylène Haute Densité) pour les plastiques opaques.

B. La pratique du zéro déchet comme pratique de consommation

1. « Le meilleur déchet est celui que l'on ne produit pas » : le cas du zéro déchet

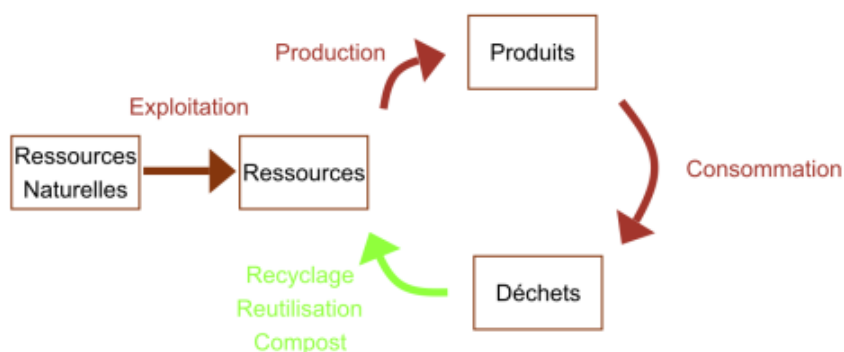
Comme nous venons de le voir, notre société s'est engagée dans la voie de la prévention et du recyclage afin de gérer les déchets. Nous avons fait le choix de gérer les déchets en aval de leur production et de leur utilisation mais ne faudrait-il pas poser la question inverse et penser en amont, afin d'avoir un réel impact sur les quantités de déchets à gérer ? Penser la question des déchets en amont implique une remise en question des choix de consommation et notamment une réduction de celle-ci. A l'heure où nos sociétés relancent la croissance économique par le biais de la consommation, remettre en question cette stratégie est de l'ordre de l'impensable.

Nous pouvons distinguer deux types d'application du concept de zéro déchet. Tout d'abord, à une échelle macroéconomique, les communes et les agglomérations adoptent peu à peu des politiques zéro déchet. Puis à un niveau microéconomique, à l'échelle des individus par la pratique du zéro déchet.

a. Principe

Les différents processus d'exploitation des ressources, de production et de consommation sont basés sur un modèle linéaire. Le concept du zéro déchet consiste en un changement de paradigme où le « déchet » n'est plus considéré comme perdu car il est réutilisé, recyclé, composté. L'objectif du zéro déchet est d'atteindre « le zéro déchet non valorisé », et non « le zéro déchet produit », en combinant l'ensemble des différents modes de valorisation disponibles.

Figure 8 : Gestion des déchets circulaire



Source : JOSSIC M. et BONAFTE W., « La politique Zéro Déchets : un avenir sans déchets pour l'Europe ». CERES-ERTI, 2013

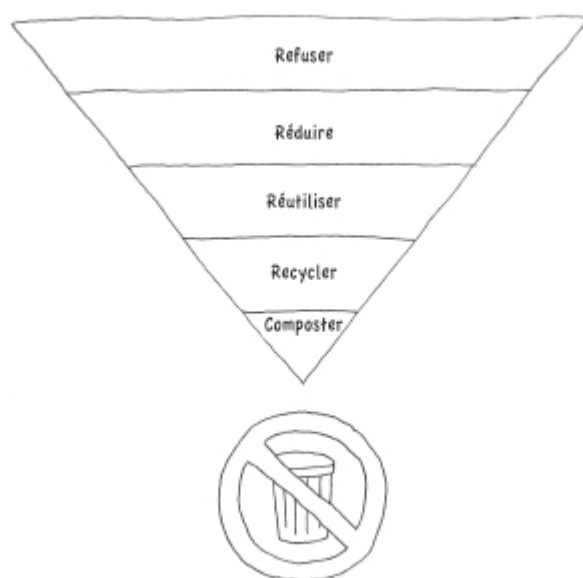
Ce processus se veut un système fonctionnant en boucle fermée. En effet, une partie de ce concept s'appuie sur la modification des processus de production en encourageant la réutilisation, les principes de l'économie circulaire pour réemployer tous les produits et leurs composants. Une autre partie s'appuie sur la modification des procédés de valorisation des déchets en encourageant le compostage des biodéchets.

b. S'intéresser à la pratique du zéro déchet

Le zéro déchet est une démarche qui prend de plus en plus d'ampleur. Dans la région de Bruxelles, plusieurs rencontres et conférences ont réuni des centaines de personnes afin de débattre de leurs méthodes, choix et doutes quant à cette démarche. Lorsque l'on s'intéresse à la pratique du zéro déchet, le livre de Béa Johnson « Zéro déchet » et les cinq notions « refuser, réduire, réutiliser, recycler et composter » ressortent dans tous les discours. Ce livre semble le point de départ pour de nombreuses personnes afin de débiter dans la pratique du zéro déchet.

L'auteur s'appuie sur la hiérarchie des modes de traitement de déchets et l'applique au principe du zéro déchet en dégageant cinq conseils.

Figure 9 : Hiérarchie des modes de traitement des déchets appliquée au zéro déchet



Source : Zéro déchet, Béa Johnson, 2013

Le premier conseil est de **refuser** tout ce dont nous n'avons pas besoin, c'est-à-dire les articles en plastique à usage unique, les imprimés publicitaires tout autres objets jugés inutiles. La deuxième étape est de **réduire** ses déchets, cela passe par une introspection de sa consommation actuelle et des différents moyens afin de la limiter. Les réseaux de distribution comme les GASAP, les marchés et les magasins vracs permettent de limiter les emballages. La troisième étape est de **réutiliser** ce qui ne peut ni être refusé, ni être réduit. Cela passe par le marché de l'occasion pour acheter/vendre ou donner, les « repair cafés » et l'économie collaborative pour favoriser le troc et l'échange. La quatrième étape est de **recycler**, ce qui ne peut ni être refusé, ni être réduit, ni être réutilisé car seule une faible part des déchets est réellement recyclée. Enfin, la dernière étape est de **composter** ce qu'il reste, c'est-à-dire les matières organiques.

c. Les enjeux socioéconomiques et environnementaux du zéro déchet

Une étude⁷ commandée par la Commission européenne estime que la mise en place d'une politique zéro déchet au niveau de l'Europe d'ici 2020 permettrait d'économiser 72 milliards d'euros par an, d'augmenter le chiffre d'affaire des filières de recyclage et de gestion des déchets de 42 milliards et générerait 400.000 emplois supplémentaires.

Face à de tels chiffres, nous nous rendons compte que la réduction des déchets apparaît comme une nécessité ; les déchets génèrent des impacts sanitaires, sociaux et économiques et ont des conséquences néfastes sur l'environnement.

Au niveau économique, la politique zéro déchet représente tout d'abord un bénéfice économique pour les collectivités en terme de réduction des coûts. Les méthodes d'élimination des déchets tels que l'incinération représentent des coûts importants à assumer pour les collectivités. Un nouveau marché autour des matières premières recyclées pourrait se développer de manière significative et donnerait lieu à un bénéfice économique pour les producteurs. Le commerce de ces matériels pourrait permettre de développer de nouvelles filières pour la réutilisation, le recyclage et le compost, créant ainsi de nouveaux emplois.

⁷ Living well, within the limits of our planet - 7th EAP — The new general Union Environment Action Programme to 2020. (2014) En ligne : <http://ec.europa.eu/environment/pubs/pdf/factsheets/7eap/en.pdf>

La mise en place de la pratique du zéro déchet par des acteurs locaux favorise une mobilisation et un engagement citoyen. L'application d'une telle politique pourrait être vecteur de rapprochement social entre les habitants d'une commune.

Enfin, la politique zéro déchet apparaît également comme un moyen de remédier à l'exploitation et la diminution des ressources naturelles non renouvelables. De plus, cette politique s'inscrit dans une optique de limitation des risques de pollution de l'environnement de par les modes de gestion des déchets les plus respectueux de l'environnement adoptés.

d. Les politiques zéro déchet comme solution face à la problématique des déchets

A partir des années 1990, des cas de politiques zéro déchet sont mis en place dans le monde entier. Canberra est la première ville au monde à définir des objectifs zéro déchet en 1996. C'est en 2008, que la première ville européenne, Capannori en Italie se lance à son tour dans le zéro déchet.

Cette commune de Toscane a mis en place une politique anti-déchet à partir de 2004 dans l'objectif de développer des modes alternatifs de consommation et de gestion des ressources naturelles. En 2010, la commune atteignait un taux de recyclage des déchets de plus de 80%. La production annuelle de déchets a diminué de 21% entre 2005 et 2009⁸. Cet exemple montre qu'une politique zéro déchet peut être mise en place. On peut constater sur le plan économique, qu'elle permet d'économiser des millions d'euros grâce à la revente des matériaux recyclés. Sur le plan social, elle est créatrice d'emplois avec de nouveaux salariés engagés pour la collecte des déchets. Enfin, du point de vue environnemental, cela permet de réduire les impacts.

Une politique zéro déchet peut ainsi être applicable. Il convient tout de même que ce cas fait figure d'exemple et l'application à d'autres communes doit être selon les différents contextes sociaux et territoriaux.

⁸ L'OBSERVATOIRE VILLES INCLUSIVES, 2010. *Capannori (Italie) : Premier cas de mise en œuvre de la Stratégie « Zéro déchet » en Italie*. Consulté le 2 août 2016. En ligne : http://www.uclg-cisdp.org/sites/default/files/Capannori_2010_fr_final.pdf

2. De la consommation responsable à la consommation engagée : les pratiques de consommation

a. Définir le périmètre de la consommation responsable

Le choix effectué pour cette étude est de considérer d'une part le déchet comme le résultat d'un acte de consommation et d'autre part les pratiques associées relevant également de formes de consommation.

Il nous faut dans un premier temps définir ce qu'est la consommation de manière générale pour ensuite essayer de qualifier les pratiques de consommation associées au zéro déchet. L'INSEE (France) définit la consommation comme « (...) la valeur des biens et services utilisés pour la satisfaction directe des besoins humains, que ceux-ci soient individuels (consommation finale des ménages) ou collectifs (consommation finale des services non-marchands par les administrations publiques ou privées) ».

Depuis quelques années est apparue une prise en considération de plus en plus forte des préoccupations écologiques et sociales, notamment en matière de consommation. La réponse des consommateurs face à ces différentes problématiques est l'apparition d'une volonté de s'engager autour de la question de la consommation et notamment de la consommation responsable (Dubuisson-Quellier, 2012).

Lorsque l'on parle de consommation responsable, on retrouve dans la littérature différentes dénominations selon les auteurs : la consommation socialement responsable, la consommation responsable, la consommation engagée, l'anti-consommation ou encore la déconsommation.

Le point commun de tous ces termes repose sur le fait de prendre en compte des considérations sociales et/ou écologiques dans l'achat ou non de produits (Rodhain, 2013). En effet, comme pourrait le suggérer certains termes, cette forme de consommation ne signifie pas un abandon de la consommation (Lallement, 2010). Les individus dans cette démarche affichent une volonté de consommer différemment se traduisant de diverses manières. Pour la consommation alimentaire, par exemple, on peut constater que des individus se détournent des modes de distribution classiques au profit des circuits courts. Pour d'autres personnes, ce glissement de mode de consommation peut intervenir au niveau des produits biologiques ou des produits locaux. (Dubuisson-Quellier, 2008).

Nous allons nous appuyer sur différentes études pour tenter de définir ce que représente la consommation responsable. Les travaux de Webster⁹ définissent un consommateur socialement conscient comme celui qui « prend en compte les conséquences publiques de sa consommation privée, et qui essaie d'utiliser son pouvoir d'achat pour induire des changements dans la société » (p188). A la différence de Webster, les auteurs Francois-Lecompte et Valette-Florence (2006) parlent de consommateurs socialement responsables pour qui l'acte de consommation exprime des considérations sociales et environnementales.

Nous pouvons enrichir le concept de consommation responsable avec la définition donnée par Ozçaglar-Toulouse¹⁰ : « la consommation responsable est constituée par l'ensemble des actes volontaires, situés dans la sphère de la consommation, réalisés suite à la prise de conscience de conséquences jugées négatives de la consommation sur le monde extérieur à soi, ces conséquences ne relevant donc ni de la fonctionnalité des achats ni de l'intérêt personnel immédiat » (p. 52).

La naissance de la consommation responsable remonte au milieu du XIXème siècle par ce que Boltanski et Chiapello¹¹ appellent « la critique artiste » qui désigne la contestation du capitalisme. Elle prend différentes formes selon les pays : « le boycott dans les pays anglo-saxons et nordiques, les ligues sociales d'acheteuses ou encore le mouvement coopérativiste en France » (Dubuisson-Quellier, 2009, p.28).

Les pratiques de boycott deviennent des actes de protestation, voire de résistance. Le boycott incite à l'achat d'un certain type de produit aux dépens de produits peu respectueux des conditions sociales des travailleurs, des droits de l'homme ou encore pour des questions écologiques. Il faut attendre les années 1970 pour que la consommation responsable réapparaisse. Les pratiques de boycott représentatives des années 1970 et 1980 laissent place aux pratiques de boycott dans les années 1990. Cette action s'institutionnalise avec les ONG qui lancent des campagnes de boycott internationales mais aussi avec l'apparition des labels, comme l'appellation d'origine contrôlée (AOC) ou le label rouge qui permettent de certifier l'origine et la qualité des produits aux consommateurs. Il se met

⁹ Webster Jr, F. E. (1975). Determining the characteristics of the socially conscious consumer. *Journal of Consumer Research*, 2(3), 188-196.

¹⁰ Özçaglar-Toulouse N. (2005), Apport du concept d'identité à la compréhension du comportement du consommateur responsable : une application à la consommation des produits issus du commerce équitable », Thèse pour le doctorat en sciences de gestion, Université de Lille II, Décembre

¹¹ Boltanski L., Chiapello È. 1999. *Le nouvel esprit du capitalisme*, Gallimard

également en place des labels sociaux et environnementaux comme les labels « AB » pour Agriculture Biologique ou “Max Havelaar” pour le commerce équitable.

Cette forme de consommation apparaît donc comme une action contestataire passant par les actes d’achat. De par cette résistance, nous pouvons considérer que le consommateur joue un rôle politique comme l’illustre la formule de Waridel¹² « Acheter, c’est voter ». En effet, nos choix de consommation, au travers des pratiques de boycott ou de buycott peuvent être perçues comme un engagement, comme une démarche dépassant l’action individuelle et participant à une logique collective.

b. De la logique individuelle à l’action collective

Ozçaglar-Toulouse (2009) identifie plusieurs modalités d’action des consommateurs responsables selon plusieurs stratégies : la cohésion, le retrait et la mobilisation. Tout d’abord, selon cette première stratégie, l’individu conserve une consommation, proche du buycott, en achetant des produits ayant une valeur ajoutée éthique et évite d’acheter des produits pouvant avoir des impacts négatifs sur l’environnement. La stratégie du retrait, le boycott, consiste à s’interdire des actes de consommation afin de réduire les conséquences négatives que ce produit a sur l’environnement par exemple. Les individus peuvent ainsi faire le choix de ne pas posséder de voiture, de se diriger vers un engagement de consommation tel que le végétarisme ou de ne plus acheter de vêtements neufs. Enfin, la dernière stratégie tient plus de la mobilisation et donc de l’action collective.

C’est ce que Dubuisson-Quellier (2009) définit comme la consommation engagée qui repose sur la volonté des individus d’associer des pratiques de consommation à des significations ou des engagements politiques, « la spécificité de la consommation engagée est d’inscrire une démarche politique au cœur des choix de consommation » (p.12). Ces pratiques ne passent pas uniquement par des actes d’achat mais aussi par une critique plus profonde de la société de consommation. La notion essentiellement apportée par cette définition est d’appréhender les actes d’engagement et de résistance individuels dans des cadres collectifs qui organisent les pratiques et les diffusent. La consommation engagée prend donc une forme individuelle et collective.

¹² Waridel L., *Acheter, c’est voter : Le cas du café*, Équiterre et Éditions Écosociété, 176 p., 2004.

Il nous semble pertinent pour cette étude de choisir comme point de référence cette définition. En effet, nous envisageons la pratique du zéro déchet comme un acte de consommation associée à d'autres pratiques de consommation mais également comme un engagement proche du militantisme. En ce sens, il est intéressant pour nous de partir de cette nomenclature ci-dessous afin de distinguer comment les pratiques de consommation et l'engagement s'organisent à l'échelle individuelle et collective.

Figure 10 : Les différentes formes de la consommation engagée

		Espace de l'action contestataire	
		Dans les actes d'achat	Dans les pratiques sociales élargies
Forme de l'action contestataire	Individuelle	Boycott et buycott <i>Labels environnementaux, équitables, agriculture biologique, éthique, appels au boycott</i>	Consommation et pratiques résistantes <i>Décroissance, simplicité volontaire, frugalité, résistance antipublicitaire, contre-culture, pratiques de réemploi</i>
	Collective	Mouvement coopératif et systèmes d'échange alternatifs <i>Coopératives de consommateurs, groupes d'achat solidaires, AMAP, SEL, communautés de logiciel libre, partage de véhicules, de troupeaux</i>	Actions collectives de consommateurs <i>Actions antipublicitaires (type barbouillage), pétitions auprès des acteurs publics ou privés pour le rachat de terres agricoles, campagnes anti-OGM, marches décroissantes</i>

Source : Dubuisson-Quellier (2009, p. 136).

Afin de déterminer les pratiques de consommation incluses dans cette étude, il a fallu lister et répertorier les différentes pratiques. Nous nous sommes retrouvés confronté à une multitude de pratiques pouvant ou non être associées ou conduire à la pratique du zéro déchet. Certains font ces choix pour des raisons écologiques, d'autres pour des raisons économiques ou éthiques, parfois les trois en même temps. En matière de consommation engagée, on peut recenser un ensemble de pratiques dans différents secteurs : alimentaire, transports, finance etc. Même si ces pratiques sont très différentes les unes des autres elles relèvent d'une même démarche, une volonté de reprendre une place de consommateur, d'acteur dans le processus de consommation.

Nous nous sommes appuyé sur une nomenclature existante pour déterminer les pratiques de consommation pouvant être associées et nous les avons référencés dans un tableau. Il est important de noter que ce tableau récapitule les principales formes de consommation engagée par les actes d'achat et ne prend pas en compte la notion d'engagement. Nous traiterons donc des pratiques de consommation engagée associées à la pratique du zéro déchet et en parallèle nous essayerons de voir comment l'engagement des individus se reflètent dans la pratique.

Tableau : Les différentes formes de la consommation engagée par les actes d'achat

Domaines	Individuelle	Collective
Alimentation	- Consommation de produits biologiques/ produits commerce équitable, produits locaux - Réseaux de distribution : - o Magasins vrac - o Marchés - Engagement de consommation : végétarisme, végétalisme	- Groupements d'achat (GASAP : groupe d'achat solidaire de l'agriculture paysanne, la Ruche qui dit oui) - Jardins partagés, potagers collectifs
Transports	- Vélos partagés (Villos) - Covoiturage (Blablacar, Karzoo ou Carpool) - Transports en commun (train, tram, bus) -	- Auto-partage (Cambio)
Produits de consommation courante	- Cosmétiques naturels et/ou biologiques - Produits éco-labellisés - Mode éthique et/ou équitable - Engagement de consommation : véganisme	
Produits en fin de vie	- Marché de l'occasion - Faire soi-même DIY (produits cosmétiques, produits d'entretien, pain.)	- Systèmes d'échanges locaux (SEL) et réseaux d'échanges de savoirs (RES) - Repair cafés
Finance	- Banques alternatives : Réseau Financement Alternatif, Netwerk Vlanderen, Crédal, Hefboom, Newbee - Système de compensation écologique	- Monnaies locales
Energie et habitat	- Photovoltaïque, éolien - Chauffage au bois - Electroménager efficient	

Source : Abdourahmane Ndiaye et Aurélie Carimentrand (2011)

c. Des pratiques de consommation socialement différenciantes

Des travaux (Bozonnet, 2010) montrent que la consommation engagée représente une pratique genrée. En effet, les femmes apparaissent plus sensibles quant aux problématiques que soulèvent cette forme d'engagement. L'explication la plus souvent évoquée repose sur le fait que les responsables des achats pour le ménage sont en général les femmes. Ainsi, ce sont elles qui par leurs actes de consommation s'engagent.

Les pratiques de consommation engagée sont fortement corrélées au niveau d'étude des individus. Les individus ayant suivi des études supérieures pratiquent 2,5 fois plus le boycott ainsi que le buycott. Nous pouvons tenter d'expliquer cette différence par l'hypothèse de la socialisation par l'école où les individus développent des connaissances liées à l'environnement et la consommation leur permettant ainsi d'être plus conscients et critiques et les poussant à la mobilisation (Bozonnet, 2010).

Enfin, les pratiques de consommation engagée sont associées à certaines classes sociales. Une étude du Crédoc (2007) montre que plusieurs groupes sociaux apparaissent comme des moteurs dans le développement de la consommation engagée. Ils sont constitués de cadres supérieurs, de hauts revenus, des diplômés, des étudiants et des habitants des grosses agglomérations. La notion de « capital culturel » apparaît ici importante pour expliquer cette différence de consommation entre les classes sociales.

C. Les apports de la théorie des pratiques

Afin d'étudier la pratique du zéro déchet nous nous appuyons sur la théorie des pratiques. Il convient de délimiter sur le plan empirique la pratique étudiée. Il est difficile de se positionner sur un type de pratique lorsque l'on parle de zéro déchet. Le choix effectué pour cette étude est de considérer le déchet comme le résultat d'un acte de consommation. De plus, cette pratique survient en amont de la production de déchets, pour les éviter mais également en aval pour les gérer au mieux en fonction de chaque type.

La théorie des pratiques que nous allons tenter d'appréhender a été développée au début du XXIème siècle en Grande-Bretagne. Cette nouvelle approche repose sur des concepts philosophiques (Schatzki¹³; Reckwitz, 2002) ainsi que sociologiques (Bourdieu¹⁴ ; Latour¹⁵). Même si cette approche se base sur les travaux des sociologues français, elle s'en distingue très vite. En effet, les travaux sociologiques de Bourdieu et Latour portant sur la théorie de la pratique, tentent de comprendre les relations qui existent entre les structures sociales et les pratiques, en partant de l'individu pour comprendre ces pratiques. La plus forte différence avec la théorie des pratiques repose donc là-dessus, Bourdieu s'intéresse à comprendre comment les pratiques sociales ainsi que les structures sociales viennent aux individus. La théorie des pratiques part, elle, du principe que ce sont les pratiques sociales qui recrutent les individus.

Cette théorie va donc se développer presque exclusivement dans le monde anglo-saxon. Elle repose majoritairement sur les écrits de deux hommes, Theodore Schatzki, théoricien social et Andrea Reckwitz (2002), sociologue.

Reckwitz voit dans la théorie des pratiques le moyen de se différencier des deux théories du social existantes. La première, fondée sur la rationalité de l'*homo economicus*, établit l'action sociale sur l'intérêt. La seconde approche repose sur le modèle de l'*homo sociologicus* où ce sont les normes sociales qui dictent les façons d'agir et de penser des individus.

¹³ Schatzki T.- R. (1996), *Social practices - a wittgensteinian approach to human activity and the social*, Cambridge, Cambridge University Press.

¹⁴ Bourdieu P. (2000 [1972]), *Esquisse d'une théorie de la pratique : Précédé de trois études d'ethnologie kabyle*, Paris, Seuil.

¹⁵ Latour B. (2006), *Changer de société, refaire de la sociologie*, Paris, La Découverte.

Reckwitz va définir les pratiques de la manière suivante : « Une « pratique » est un type de comportement routinisé qui consiste en plusieurs éléments interconnectés entre eux : des formes d'activités corporelles, des formes d'activités mentales, des « choses » et leur usage, des connaissances de base constituées de compréhension, savoir-faire, états émotionnels et motivations » (Reckwitz, 2002, p. 249). Cette définition fait figure de référence pour les auteurs s'inscrivant dans la théorie des pratiques.

Les travaux portant sur la théorie des pratiques sont avant tout empiriques. Il est difficile de parler d'une « théorie des pratiques » car il existe tout autant de théories que d'auteurs. Ils se composent d'études de cas, de travaux portant sur des échantillons restreints ou encore d'études plus ethnographiques se basant sur une méthodologie qualitative propre à chaque cas étudié.

La théorie des pratiques impose une approche de la consommation différente, non pas centrée sur les individus mais sur les pratiques. Ce changement d'approche peut permettre de comprendre comment les pratiques se développent, se stabilisent et se transforment sur les temps longs. Shove et Pantzar (2005) utilisent dans leurs travaux le terme de « practitioner¹⁶ » pour montrer que ce ne sont pas les individus qui adoptent des pratiques mais celles-ci qui les recrutent. A ce stade des recherches, il est encore difficile de savoir comment les pratiques recrutent les individus et comment on pourrait les influencer pour mettre en avant certaines pratiques.

La consommation constitue une pratique sociale qui permet de se positionner socialement dans les sociétés, face à son entourage, ses pairs etc. La pratique du zéro déchet peut ainsi être étudiée comme un engagement de consommation expliquant comment celle-ci se met en place et non un choix personnel car ce sont les pratiques sociales qui créent les besoins et les désirs des individus et non eux-mêmes (Warde, 2005).

Shove et Pantzar (2012) proposent une méthodologie afin d'analyser les pratiques à travers trois éléments :

- Les dispositifs matériels : les objets, les technologies, les matériaux mais aussi les entités physiques ;
- Les significations sociales : les représentations symboliques, les inspirations, les idées etc. ;

¹⁶ Traduit par "pratiquant" dans la littérature francophone

- Les compétences : les savoir-faire et les techniques, les aptitudes et les connaissances, les procédures.

L'exemple de la marche nordique développée par ces auteurs montre comment une pratique peut se diffuser et constitue un point de comparaison intéressant avec la pratique du zéro déchet. Cette diffusion repose sur les trois éléments précédemment cités. Les individus qui pratiquent le zéro déchet créent des communautés ayant les mêmes aspirations, utilisent et partagent différents savoir-faire et équipements. Ainsi, la pratique peut se diffuser, recruter de nouveaux adeptes.

Magaudda (2011) utilise la notion de “circuit de pratiques” afin d’analyser « *les transformations dans les connexions* » entre ces trois éléments et de définir comment ces pratiques évoluent dans le temps. La modification d’une pratique en introduisant une signification, un objet ou une compétence différente peut également modifier d’autres pratiques à leur tour. Les pratiques sociales apparaissent ainsi interconnectées par ces trois éléments.

La pratique du zéro déchet résulterait donc avant tout d’un engagement dans des pratiques de consommation engagée car ce ne sont pas les individus qui décident de changer de pratique mais bien les éléments au sein de la pratique elle-même qui la modifient. Dans le cas de l’objet d’étude choisi, les personnes ont été recrutées par cette pratique plus ou moins récemment. Nous allons donc tenter de comprendre comment la pratique a évolué en insistant sur les trois éléments que sont les représentations symboliques, les compétences et les artefacts.

Deuxième partie : Méthodologie de travail

1. Enquêter sur les pratiques de consommation

Ce travail s'appuie sur une approche qualitative. L'enquête qualitative permet d'obtenir des résultats nuancés, centrés sur le vécu, les expériences et le ressenti des individus. Cette méthode d'enquête par le biais des entretiens semi-directifs permet d'appréhender les pratiques et représentations sociales des individus, d'étudier les perceptions et les attitudes de ceux-ci à l'égard du sujet d'étude et d'approfondir l'analyse du contenu (Blanchet et Gotman, 2005). En revanche, la faible représentativité des échantillons de population sélectionnés pour participer à des enquêtes qualitatives rend les résultats peu généralisables.

Le travail présenté ici s'appuie sur une enquête qualitative conduite auprès d'un échantillon de 10 personnes composé de 4 hommes et 6 femmes.

a. Prendre contact avec les enquêtés

En choisissant cette problématique de recherche, la question de la prise de contact avec les personnes engagées dans cette pratique s'était posée rapidement. Afin de réaliser une dizaine d'entretiens qualitatifs, j'ai choisi de contacter des personnes inscrites dans la pratique du zéro déchet et présentes sur internet par le biais des blogs et des réseaux sociaux. J'avais recherché les différents blogs, pages Facebook ainsi que communautés présentes sur Internet. Au début de mes recherches, quatre personnes communiquaient sur la pratique du zéro déchet à Bruxelles. Un *network*¹⁷ rassemblant les blogs inscrits dans le zéro déchet par différents pays m'a permis de découvrir une autre personne, ils étaient donc cinq à ce stade. Il est intéressant de remarquer qu'il y a eu une évolution très rapide autour des blogs et des communautés dans la pratique du zéro déchet. Plusieurs des blogs cités ici ont fait leur apparition à la fin de l'année 2015 et en janvier 2016.

L'étude de terrain se veut un travail d'immersion. Ainsi, pour analyser cette pratique, j'ai lu et suivi durant six mois leurs blogs donnant des conseils pour fabriquer des produits, des idées de recettes, des adresses et des articles plus approfondis sur des problématiques liées au zéro déchet. En parallèle, j'ai également lu le livre de Béa Johnson sur le zéro déchet évoqué par toutes les personnes suivies. La combinaison de ces différentes lectures m'a permis de mieux appréhender cette pratique et d'en délimiter les différents aspects.

¹⁷ <http://zerowastebloggersnetwork.com/network-members/>

La prise de contact s'est effectuée par email (annexe n°1) à partir de leurs blogs ou de leurs pages Facebook. Au total, j'ai sollicité quatorze personnes afin de participer à un entretien. Certains contacts ont été établis suite aux entretiens réalisés puisque parmi l'échantillon tous ne sont pas directement présents sur internet ou ne se revendiquent pas « zéro déchet ». La prise de contact avec les personnes approchées a été facilitée par la disponibilité et l'accueil favorable réservé à ma requête. Toutes les personnes sollicitées m'ont répondu, qu'elles soient disponibles ou non et ont été agréablement surprises de voir que je m'intéressais à cette pratique comme sujet de mémoire.

Personnes contactées	Présence sur internet (blogs et réseaux sociaux)	Prise de contact
1. Yoan	Blog, communauté Zero waste Belgium	Par le blog
2. Anne	Blog, page Facebook (suivie par environ 500 personnes), communauté Zero waste Belgium	Par le blog
3. Alban	Communauté Facebook (suivie par environ 500 personnes), communauté Zero waste Belgium	Par email
4. Claire	Collaboration blog, communauté Zero waste Belgium	Par email
5. Elodie	Blog, page Facebook (suivie par environ 900 personnes)	Par le blog
6. Sophie	Blog	Par le blog
7. Diane et Stéphane	Communauté Facebook (privée)	Par email
8. Fanny	Blog, page Facebook et compte Instagram (suivie par environ 900 personnes)	Facebook
9. Benoît	Blog, page Facebook (suivie par environ 1200 personnes), communauté Zero waste Belgium	Facebook

b. Élaborer la grille d'entretien

La construction de cette grille d'entretien, présentée dans ce mémoire (annexe n°2), a évolué au fur et à mesure de mes recherches. La grille se voulait être un guide afin de me permettre de garder un fil conducteur et de poser des questions semblables à toutes les personnes.

Le premier entretien réalisé avec la première grille m'a permis de me rendre compte de plusieurs choses. Tout d'abord, la construction était binaire, d'un côté la pratique du zéro déchet et de l'autre les pratiques définies comme alternatives, la rendant peu malléable et demandant beaucoup de temps pour passer en revue toutes les pratiques listées. Deux des questions portaient sur les avantages et les inconvénients de cette pratique et n'apportaient pas d'éléments pertinents au sujet. Je voulais ensuite m'intéresser à la dimension spatiale de ces pratiques, l'utilisation de la carte mentale comme outil me semblait un moyen intéressant pour décrire les différents lieux rattachés à ces pratiques mais je me

suis rendu compte que la carte n'amenait rien de plus à ma démarche et pouvait être un exercice d'autant plus difficile à appréhender pour les enquêtés. Enfin, la question du minimalisme ne figurait pas sur cette grille d'entretien et est apparue très importante lors des entretiens suivants. Ainsi, suite à ce premier entretien et les conseils de Mr Bauler, j'ai recadré ma grille d'entretien sur une perspective d'évolution de la pratique et de récit des temporalités, meilleur cadre d'analyse pour la théorie des pratiques.

La grille d'entretien est composée de différentes parties. Pour commencer l'entretien, quelques questions de présentation permettent de déterminer le profil des enquêtés. Je poursuivais ensuite par des questions assez générales sur le zéro déchet pour comprendre comment ils envisageaient cette pratique, comment ils l'avaient connue et quels sens ils lui donnaient. L'entretien s'affinait en passant à la partie sur l'évolution de la pratique permettant de plus rentrer dans les détails. La troisième partie porte sur la combinaison des moyens techniques mis en œuvre et la dimension spatiale permettant la pratique du zéro déchet dans les différents lieux.

c. Collecter et analyser les données

La période durant laquelle les entretiens se sont déroulés s'est étalée du 3 mai au 8 juin 2016 avec huit entretiens dans la région de Bruxelles et deux en Wallonie à La Hulpe (Brabant Wallon) et à Bouge (Namur). Plusieurs entretiens ont été réalisés au domicile des participants, d'autres dans des lieux publics et enfin deux entretiens se sont déroulés via Skype pour des raisons pratiques. Les entretiens ont été enregistrés et retranscrits (annexe n°3). Un seul d'entre eux n'a pas pu être retranscrit car l'enregistrement n'a pas fonctionné, il a donc été résumé avec les points les plus importants de cet entretien.

Le meilleur moyen d'analyser les entretiens consiste à les retranscrire afin de pouvoir citer des extraits. Dans la mesure où l'enquête de terrain de cette étude repose sur des entretiens semi-directifs, la retranscription semblait le meilleur moyen afin de traiter toutes les données accumulées.

Blanchet et Gotman (2005) distinguent plusieurs types d'analyse, l'analyse par entretien tout d'abord, puis l'analyse thématique et l'analyse textuelle à l'aide d'un logiciel. Nous avons choisi pour cette étude de procéder à une analyse thématique afin d'expliquer les pratiques. Comme nous l'avons

précédemment expliqué, la grille d'entretien est découpée par thèmes. Il nous a fallu dans un premier temps identifier les différents thèmes abordés, puis les comparer entre eux.

La question de l'anonymisation se pose également vis-à-vis des enquêtés lors des enquêtes de terrain en sciences sociales. Bien que les personnes interrogées soient presque toutes présentes sur Internet, il me paraissait important de conserver leur anonymat. Il ne faut pas envisager l'anonymisation de manière déconnectée de l'étude en choisissant au hasard les noms de remplacement par exemple. En effet, en sociologie les noms et les prénoms constituent des indicateurs de position sociale que sont le sexe, l'âge, le milieu social (Zolesio, 2011). Il semble donc particulièrement pertinent d'apporter un sens sociologique à cette opération.

Afin d'anonymiser correctement les noms des personnes enquêtées, j'ai choisi de ne conserver que le prénom de ces personnes. En effet, la première raison à cela repose sur le fait que toutes les personnes interrogées ne m'avaient pas communiqué leur nom de famille. De plus, l'absence du nom de famille ne gêne pas la compréhension de l'étude. Pour choisir les prénoms de remplacement, je me suis appuyée sur les travaux du sociologue Baptiste Coulmont qui a élaboré une base de données de prénoms à partir des résultats du baccalauréat français¹⁸. Ce projet établit une corrélation entre les prénoms censés refléter une origine sociale et les résultats au baccalauréat selon les mentions obtenues. Bien que des nuances soient à apporter à ces résultats, ils permettent de conserver un sens sociologique aux prénoms des personnes interrogées.

d. Limites liées à la méthodologie

Ce travail de recherche apparaît comme une expérimentation. La construction de la grille d'entretien, le choix de l'échantillon d'individus mais aussi plus largement la délimitation du périmètre de cette enquête relève de l'intuition.

C'est la seconde fois que je suis confrontée à l'exercice du terrain en conduisant des entretiens semi-directifs seule. Parmi les entretiens effectués, certains ont mieux fonctionné que d'autres, la principale différence tenant au fait que certains enquêtés ont une analyse et une réflexivité de leurs pratiques, permettant ainsi de pousser la réflexion plus loin. Comme mentionné précédemment, lors du premier entretien je me suis rendue compte que certaines questions ne fonctionnaient pas. Les premiers

¹⁸ <http://coulmont.com/bac/>

entretiens sont donc moins aboutis du fait du manque de pratique et de l'emploi de certaines questions peu pertinentes.

Un des risques les plus importants de ce travail repose sur le fait que je ne peux me baser que sur les déclarations des personnes interrogées. De nombreuses études montrent l'existence d'un écart entre les attitudes des consommateurs et leurs comportements (Rodhain, 2013). Une étude de la Commission Européenne en 2011, montre que 72% personnes se déclarent être conscientisées à l'environnement, mais on peut voir une vraie différence entre l'attitude et l'acte de consommation. Seulement 17% des personnes interrogées ont un comportement pro-environnemental dans leurs achats.

Selon la théorie de la neutralisation¹⁹, les consommateurs ont recours à des excuses afin de justifier un comportement non cohérent avec leurs attitudes. De plus, une étude²⁰ a montré qu'en cas de dissonance, l'individu est plus tenté de changer son attitude afin d'être cohérent avec son comportement et permet de comprendre la résistance au changement qui a lieu. Ce travail reflète donc l'évolution d'une pratique uniquement via des déclarations et non par des phases d'observations, méthode permettant de mieux rendre compte de la réalité et employée par les chercheurs s'appuyant sur la théorie des pratiques.

De plus, à la différence des pratiques étudiées sur des temps longs par les travaux qui reposent sur la théorie des pratiques, cette analyse se base sur une évolution rapide des pratiques par les personnes interrogées. En effet, trois des personnes enquêtées pratiquent le zéro déchet depuis plus d'un an et les sept autres personnes ont débuté cette pratique il y a moins d'un an, voire six mois au moment des entretiens. En ce sens, ce travail propose une analyse sur un temps court et manque de recul afin d'étudier la pratique dans le temps.

Enfin, ce travail reflète un point de vue subjectif sur la question du zéro déchet. Tous les choix qui ont été faits pour ce travail rendent compte de mon parcours, de mes études et de mes expériences personnelles. Pour les auteurs Beaud et Weber (2010), la neutralité est une notion biaisée. En effet, l'enquêteur ne peut pas rester neutre face à son sujet d'étude et cela implique une prise de position. Dans le cadre d'un entretien, les enquêtés cherchent souvent à connaître notre opinion sur la question

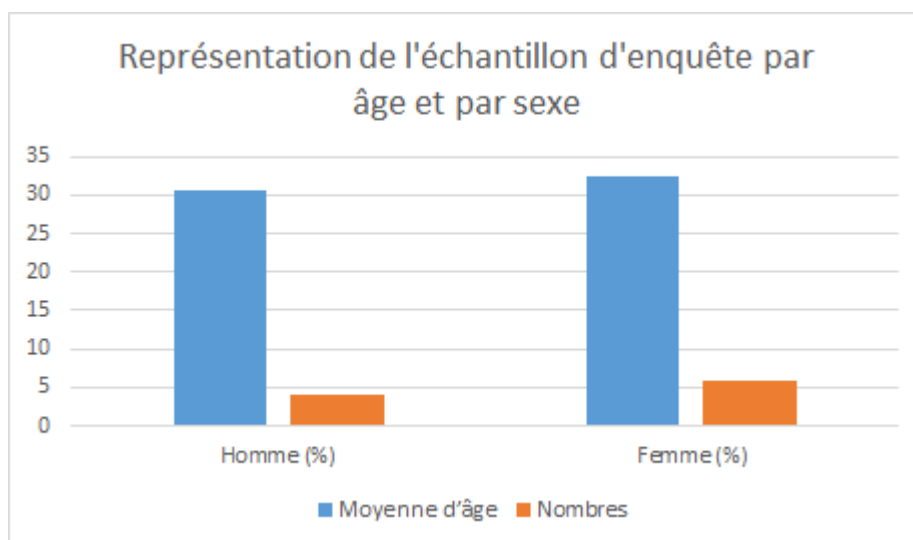
¹⁹ CHATZIDAKIS A., HIBBERT S. et SMITH A. (2007), « Why people don't take their concern about fair trade to the supermarket: the role of neutralisation », *Journal of Business Ethics*, Vol. 74, p. 89-100.

²⁰ HARMON-JONES E., BREHM J., GREENBER J., SIMON L. et NELSON D. (1996), « Evidence that the production of aversive consequence is not necessary to create cognitive dissonance », *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 70, No. 1, p. 5-16.

posée afin de se positionner par rapport à ce que l'on pourrait attendre d'eux. Indiquer notre implication dans ce cas-là permet de fournir un appui à l'enquêté pour l'aider à s'exprimer.

2. Présentation et caractéristiques de la population

Toutes les informations sur les enquêtés ont été résumées et présentées dans un tableau récapitulatif (p.43).



La population d'enquête se compose de dix personnes dont quatre hommes et six femmes, d'une moyenne d'âge de 31 ans. Nous pouvons constater que cet échantillon ne semble pas représentatif de la population effective de personnes pratiquant le zéro déchet. En effet, la proportion de personnes engagées dans cette pratique et communiquant autour est nettement plus féminine. Plusieurs hypothèses peuvent être établies à partir de ce constat. En premier lieu, statistiquement, les responsables des achats sont en général les femmes, elles s'intéressent plus à la sphère domestique et peuvent être plus attirées par cette pratique. On peut néanmoins nuancer cette idée en émettant la seconde hypothèse que les hommes pratiquant le zéro déchet communiquent moins autour de cette notion et semblent ainsi moins représentés.

Toutes ces personnes interrogées sont actives dans le monde professionnel. Elles possèdent un niveau de diplôme supérieur aux études secondaires supérieures. Sur les dix enquêtés, huit ont un niveau de diplôme d'enseignement supérieur de type long et deux de type court. La population d'enquêtés est relativement homogène, issus de classes moyennes, les professions des enquêtés sont majoritairement

cadres et professions intellectuelles supérieures, ainsi que des professions intermédiaires selon la classification de l'INSEE (France).

Parmi l'échantillon d'enquête, sept enquêtés résident dans la Région Bruxelles-Capitale et trois dans la région Wallonne. Nous pouvons constater que les habitants sont répartis dans différentes communes autour de la commune de Bruxelles. Les modes d'habitation apparaissent assez hétérogènes

Les différents modes de déplacement cités par les enquêtés varient selon le lieu de résidence des enquêtés et le caractère urbain ou périurbain de leurs lieux de résidence. Les personnes résidant dans la région de Bruxelles se déplacent principalement en transports en commun, en vélo ainsi qu'à pied. Peu des personnes interrogées possèdent une voiture et ceux en possédant l'utilisent peu. Nous pouvons ainsi noter une grande différence avec les personnes domiciliées en Wallonie. Ainsi les enquêtés résidant à La Hulpe se déplacent principalement à pied au vu de la proximité de leur habitation avec le centre. La personne habitant entre Liège et Namur se déplace essentiellement en voiture de par l'éloignement des différents lieux d'achats.

Enfin, comme mentionné précédemment, la majorité des personnes interrogées pratiquent le zéro déchet depuis moins d'un an. Sur les dix enquêtés, trois personnes ont sauté le pas depuis plus d'un an et demi. Ils ne produisent plus de déchets résiduels et très peu de déchets recyclables. Les autres enquêtés ont réduit drastiquement leurs déchets mais utilisent toujours une poubelle et favorisent parfois le recyclage.

Tableau récapitulatif des caractéristiques de l'échantillon de population :

Enquêtés	Sexe	Age	Situation familiale	Lieux de résidence	Mode d'habitation	Niveau d'études supérieures	Emploi	Catégorie socio- professionnelle
Yoan	Homme	30 ans	Célibataire	Ixelles	Locataire	Bachelier (3 ans)	Conseille clientèle banque	Professions intermédiaires
Anne	Femme	28 ans	Célibataire	Molenbeek	Locataire	Master Architecture (5 ans)	Architecte	Cadres et professions intellectuelles supérieures
Alban	Homme	28 ans	Célibataire	Ixelles	Colocation	Ingénieur civil (5 ans)	Entrepreneur	Artisans, Commerçants et Chefs d'entreprise
Claire	Femme	29 ans	Célibataire	Schaarbeek	Locataire	Master en graphisme (5 ans)	Chef de projet dans une agence de web marketing	Cadres et professions intellectuelles supérieures
Virginie	Femme	39 ans	Mariée	Etterbeek	Propriétaire	Bachelier et graduat (4 ans)	Communication mutualité	Cadres et professions intellectuelles supérieures
Sophie	Femme	34 ans	En couple	Molenbeek	Locataire	Master en droit (5 ans)	Juriste	Cadres et professions intellectuelles supérieures
Diane	Femme	33 ans	Mariée	La Hulpe (Brabant Wallon)	Propriétaire	Master Architecture (5 ans)	Enseignante	Cadres et professions intellectuelles supérieures
Stéphane	Homme	34 ans	Marié	La Hulpe (Brabant Wallon)	Propriétaire	Master Architecture (5 ans)	Scénographe	Cadres et professions intellectuelles supérieures
Fanny	Femme	30 ans	En couple	Embours (Liège)	Propriétaire	Etudes d'infirmière (3 ans)	Infirmière en chef	Professions intermédiaires
Benoît	Homme	32 ans	Célibataire	Schaarbeek	Colocation	Master en journalisme (5 ans)	Journaliste	Cadres et professions intellectuelles supérieures

**Troisième partie : Analyse de la pratique du zéro déchet
par la théorie des pratiques**

Comme nous l'avons précédemment expliqué, cette analyse s'appuie sur les trois éléments qui constituent la pratique selon Shove (2012) ; les représentations symboliques, les compétences ainsi que les artefacts. Pour analyser cette pratique, nous avons divisé ces trois parties en sous-parties.

Nous traiterons successivement la dimension temporelle pour comprendre comment la pratique du zéro déchet évolue. Nous parlerons ensuite des représentations symboliques associées pour terminer par l'étude des artefacts mis en œuvre pour permettre cette pratique. De plus, afin de récapituler et nuancer nous aborderons les pratiques communes qui émergent de cette pratique ainsi que celles qui différencient.

1. Représentations symboliques

Le rapport au zéro déchet pour les enquêtés est assez semblable. Les personnes interrogées se sont principalement intéressées à cette pratique pour des raisons environnementales ainsi qu'un engagement personnel plus profond lié à la consommation. La volonté première pour débiter le zéro déchet est souvent la même pour les enquêtés. Ils connaissaient cette pratique, notamment par le biais des réseaux sociaux, puis comme un challenge personnel ou un défi, ils se sont lancés dans cette pratique. Il est intéressant de remarquer que de nombreuses personnes ont évoqué cette volonté de vouloir démontrer aux autres que cette pratique était réalisable en se lançant le défi d'y arriver. C'est notamment l'exemple donné dans un des films traitant du zéro déchet « Ma vie zéro déchet » où le journalisme se lance le défi de réduire drastiquement ses déchets sur une période de six mois.

a. Le rôle du temps

L'évolution de la pratique du zéro déchet est souvent marquée par des ruptures dans les comportements notamment en termes de consommation.

Pour tous les enquêtés, la première étape de la pratique du zéro déchet repose sur un changement de mode de distribution des produits alimentaires. Cette étape, les individus la perçoivent comme la plus simple de par l'offre de magasins spécialisés vendant des produits en vrac à Bruxelles. De plus, cette étape est la plus significative en termes de réduction des déchets, cette diminution induite par les produits alimentaires est clairement visible sur le volume des poubelles.

« Effectivement on a commencé avec l'alimentation et en fait déjà ça je trouve que ça t'aide vraiment à éliminer tes poubelles parce que, allez, avant je rentrais du supermarché je commençais à tout déballer, tout mettre dans le frigo et en fait ça remplit déjà bien toutes tes poubelles et puis tout ce qui est déchets organiques très vite on a trouvé un compost. » Sophie

La seconde étape consiste à remplacer progressivement tous les potentiels déchets que sont les produits d'hygiène, sanitaires etc. Plusieurs méthodes sont employées afin de remplacer ces produits. Il existe la possibilité de re-remplir les flacons de produits vides dans des magasins spécialisés. Une des méthodes les plus employées consiste à fabriquer ses produits soi-même à partir de produits de base, nous y reviendrons plus tard.

« Donc voilà, tu te rends compte quand tu vas remplir tes bidons que tu évites beaucoup de déchets. Ensuite, pour l'huile d'olive je prends des Jean bouteille et pour les achats j'essaie d'aller aux tanneurs, à la ruche qui dit oui avec mes sacs. » Alban

Enfin, l'étape la plus avancée consiste à revoir l'organisation de son domicile et des produits plus compliqués à remplacer ou les potentiels déchets.

« Et puis alors, en fait au mois de novembre, là j'ai fait un grand tri dans mon appartement et j'ai listé toutes les choses que je n'utilise pas souvent mais qui peuvent générer des déchets comme le papier collant, les trucs comme ça, avec la liste que j'avais fait j'ai trouvé des alternatives, j'ai remplacé ces dernières choses. » Claire

Cette partie de l'entretien fut également le moyen de parler des difficultés, des problèmes afin de réduire ses déchets. Il apparaît que ce sont majoritairement les produits de consommation exceptionnels comme les ampoules par exemple ou bien encore les médicaments qui ne sont pas vendus en vrac ou en grand conditionnement qui posent le plus problème.

Une différence d'attitude vis-à-vis des choix de consommation a retenu notre attention. En effet, certains produits sont plus compliqués à trouver vendus sans emballages. Ainsi certains des enquêtés réalisent des compromis. A la différence de d'autres qui décide de ne plus consommer certains produits pour ne pas produire de déchets.

« Il y a des produits qu'on consomme et dont on sait pas se passer : le lait. On n'a pas trouvé de solutions aujourd'hui sans déchets. Des gens m'ont dit qu'il y avait des consignes, donc la laiterie de Liedekerke ils font des bouteilles de lait consignées, problème le lait est non bio pour moi c'est au-dessus de mes valeurs, mes valeurs sont d'abord du bio parce que je sais trop l'importance d'avoir du bio dans la consommation de produits laitiers donc là dans ce cas-là nous on choisit le bio même s'il y a déchet. » Virginie

« Vu que j'étais dans une démarche que l'on peut qualifier « d'extrême », mon objectif était d'arriver à zéro, si je ne trouvais pas un produit, je ne l'achetais pas. Par exemple à Bruxelles, je trouvais du lait en bouteilles consignées, j'en trouve pas à Paris donc j'en achète plus, je fais sans, j'arrive à trouver des yaourts. » Benoit

Cette différence relève principalement du fait de faire des choix impliquant soi-même ou sa famille. En effet, la personne qui décide de consommer du lait le fait pour ses enfants qui en consomment alors que Benoit, lui, a fait un choix qui n'implique que lui dans son engagement.

b. L'échelle locale comme principe fondamental de la pratique

Comme précisé auparavant, les personnes interrogées associent le zéro déchet à la représentation symbolique qu'ils ont d'un progrès en termes de qualité des produits qu'ils consomment et des effets que ceux-ci auront sur leur santé.

La représentation symbolique la plus attachée au zéro déchet est la dimension du local, la volonté de consommer des produits locaux permettant de soutenir des producteurs. Ce souhait d'être en contact avec les producteurs locaux permet d'avoir un sentiment de regard sur la production dans le sens où les consommateurs se sentent plus proche et partagent des valeurs avec les producteurs.

« Moi aujourd'hui c'est essentiel de me dire le produit que j'achète je dois savoir d'où il vient, c'est important parce que je dois comprendre comment il a été fait, qu'est-ce qu'il a comme conséquences sur ma vie et sur les gens qui le produisent. » Virginie

« J'aime bien cet aspect local, parler à la personne, c'est tout à fait différent en termes de relations, c'est une autre approche. Les gens disent que ça prend du temps mais par rapport à ce que ça t'apporte. » Alban

Cette attention portée aux produits et aux producteurs locaux démontre une volonté de se désengager des modes distribution classiques et prend la forme d'une pratique de boycott pour certains des enquêtés. Le caractère impersonnel de la grande distribution représente une raison de plus pour se détourner des formes de consommation conventionnelles.

c. La question de l'engagement

Dans un second temps, une des représentations symboliques qui est apparue dans les entretiens repose sur la question de l'engagement. Elle intervient à différents niveaux par les choix de consommation, par les projets et les causes soutenues mais aussi par le blog et la communication avec la communauté.

Tout d'abord, parmi les enquêtés, plusieurs d'entre eux sont engagés dans l'association « Zero waste Belgium » qui tend à promouvoir la pratique du zéro déchet. Cette association représente une nouvelle manière de communiquer autour du zéro déchet et regroupe des personnes ayant une expérience en matière de pratique du zéro déchet et des personnes souhaitant s'investir. La volonté de partager, de communiquer autour de cette pratique repose principalement sur le sentiment de solitude partagé par les enquêtés de par la singularité du zéro déchet. Ce moyen leur permet ainsi de toucher un public plus large, intéressé par cette démarche.

De plus, la plupart des personnes interrogées sont impliquées dans des projets au niveau de leurs communes, des associations ou bien dans des projets professionnels se référant au zéro déchet. De par cette pratique, les individus s'engagent collectivement dans des projets afin de développer cette démarche mais ressentent également le besoin de faire changer les choses, de « faire sa part » comme plusieurs des enquêtés m'ont indiqué.

« Je m'engage dans ma commune, par exemple on est dans un contrat de quartier durable et moi là j'ai proposé mon aide en disant moi je veux m'investir en tant qu'ambassadrice propreté, je veux faire un stand spécial à la fête du quartier pour expliquer ce que c'est le zéro déchet. Mais je le fais aussi au travers d'« Etterbeek en transition », par exemple j'ai été invité à une conférence qui été organisé par « 1000 Bxl en transition » où j'ai expliqué mon expérience. » Virginie

Enfin, plusieurs personnes ont expliqué que leurs blogs leur procure un sentiment de responsabilité, d'engagement envers leurs communautés. Une fois qu'ils se sont déclarés "zéro déchet", le fait d'être

suivis par des centaines de personnes, les engagent à respecter ce choix dans la vie quotidienne. Cet engagement n'apparaît pas comme une contrainte car ils expliquent avoir le choix.

« Le fait de faire un blog, c'était une manière de m'engager aussi vers l'extérieur et aussi pour ne pas me laisser la possibilité de me désengager, à partir du moment où j'ai 1200 personnes qui me suivent sur la page Facebook, je peux difficilement dire que j'arrête donc je me suis imposé de ne plus avoir le choix ». Benoit

2. Compétences

a. Le minimalisme : une pratique reliée au zéro déchet

Le zéro déchet entraîne de manière presque systématique la pratique du minimalisme que l'on peut aussi nommer la simplicité volontaire. Ce concept qui s'est développé dans un contexte de crise écologique et économique dans les années 1980-90, prône un mode de vie simplifié, en réduisant sa consommation de biens, en évitant le gaspillage et en limitant notre impact sur l'environnement. La pratique du minimalisme rejoint donc sur de nombreux points la pratique du zéro déchet.

Parmi les enquêtés, le minimalisme n'est pas toujours appréhendé de la même manière mais apparaît lié. En effet, vu que la pratique du zéro déchet implique une réduction drastique des déchets et la pratique du minimalisme celle des besoins, elles s'entrecroisent à un moment donné.

« C'est le zéro déchet qui a entraîné le minimalisme, je pense que c'est aussi possible que les gens qui s'intéressent au minimalisme soient intéressés par le zéro déchet. Pour moi c'est lié parce que c'est deux pratiques qui en gros visent à l'essentiel et à éviter le superflu, éviter tout ce qui n'est pas utile et nécessaire (...) je me suis rendu compte que posséder le moins de choses possibles ça simplifiait la vie et ça rendait plus heureux en quelque sorte parce qu'on a moins de soucis, j'ai l'impression que plus on possède d'objets, plus ça génère des soucis. Je préfère posséder le moins possible, ça m'allège en quelque sorte. » Claire

La pratique du zéro déchet est clairement marquée par une rupture dans les comportements notamment en termes de consommation. La possession matérielle de choses jugées superflues est perçue négativement, à contre-courant de la recherche d'une meilleure qualité de vie et la pratique du zéro déchet donne une autre dimension.

« En fait je me suis rendu compte que le samedi j'allais faire du shopping, c'était un peu mon activité du samedi (...) je me suis dit c'est une activité complètement ridicule et qu'en fait je pourrais passer mon temps de manière plus productive et mieux quoi, donc ça je fais plus non plus. » Sophie

D'autres personnes voient cette pratique comme une manière de se détacher des objets en continuant à consommer des services. On peut ainsi faire le lien avec l'économie de la fonctionnalité où la propriété est remplacée par l'usage d'un bien.

« Je me suis désengagé d'une certaine idée de la propriété, moins je possède mieux je me porte tant que j'ai accès à des services, que je peux faire les choses qui me plaisent. » Benoit

Mais cette pratique du minimalisme est à nuancer car même si la plupart des personnes interrogées sont d'accord avec les valeurs véhiculées par celle-ci, d'autres personnes n'ont pas le même point de vue. En effet, cette pratique sous-tend à la possession d'objets qui ne sont que nécessaires à nos besoins essentiels. Dans la société actuelle, la consommation ne repose pas que sur les besoins primaires mais répond à multitude de sentiments, de désirs et une volonté de se positionner socialement. Les objets se rattachent donc à des valeurs émotionnelles, des valeurs de transmission pour les générations futures.

« Quoi qu'on fasse nos vies sont attachées à des objets, depuis l'enfance on s'identifie au travers des objets donc rien que le doudou pour l'enfant, maintenant c'est une coutume alors je crois que si on se limite aux choses qui sont essentielles dans notre vie, qui nous apportent quelque chose, qui sont nécessaires c'est déjà bien mais je trouve que le minimalisme va encore plus loin et je me dis c'est un peu monotone. » Virginie

b. Le rôle de l'organisation, du temps et la question du choix

La compétence organisationnelle est dépendante de la réussite de la réduction des déchets. Toutes les personnes interrogées expliquent avoir appris à mieux s'organiser en planifiant les repas, en prenant le temps de plus cuisiner des aliments simples et en apprenant à moins ou ne pas gaspiller.

Dans les entretiens, le rôle de l'organisation et de la gestion du temps pour pratiquer le zéro déchet apparaissent comme une question de choix, comme une volonté de choisir dans quelles activités

investir son temps. En effet, la principale problématique face à certaines pratiques et notamment au zéro déchet est le manque de temps. Parmi les personnes rencontrées, les profils sont différents, mais elles expliquent qu'elles ont réorganisé leur mode de vie en faisant des choix.

« Si tu peux pas prendre le temps de faire ça, tu dois te poser des questions « comment ça se fait ? », surtout quand t'as les moyens, elle est où ta qualité de vie, la nourriture c'est un investissement, si tu fais au plus rapide etc. c'est à toi de voir le calcul sur le long terme mais pour moi clairement c'est une approche globale, je vois pas ça comme un truc tout seul. »

Alban

L'un de ces choix les plus cités est le retrait de la télévision de leur domicile. La télévision ainsi que la publicité sont des sujets importants pour les enquêtés qui critiquent le matraquage publicitaire dont nous sommes victimes aussi bien à la télévision que dans l'espace public et commercial. La télévision est considérée comme un problème nous faisant perdre du temps qui pourrait être mis à profit pour des activités plus utiles.

« Je regarde plus jamais la télé, je préfère investir ce temps dans gérer mon blog ou aller dans des réunions de ma commune pour défendre des idées, c'est mon choix et tout le monde a cette capacité-là, si on veut que demain soit différent. Je crois qu'on s'enferme souvent dans « ça sera pas possible, j'ai pas le temps etc. », c'est trop facile de dire « j'ai pas le temps, je ne veux pas, » les gens font ça pour se décharger. Il faut arriver à faire des choix, c'est ce que nous on fait avec le zéro déchet, à un moment donné on a pris un choix et je m'en porte pas plus mal, je suis même bien plus heureuse qu'avant. » Virginie

c. L'acquisition de compétences et de savoirs faire nouveaux

Les personnes interrogées mettent en œuvre un ensemble de savoir-faire et de compétences, notamment au travers de la cuisine et de la confection de produits faits par eux-mêmes pour des raisons sanitaires, environnementales mais aussi économiques.

Certains magasins vendant des produits en vrac proposent des gâteaux, des biscuits et autres friandises habituellement emballées, mais la pratique du zéro déchet pousse de nombreuses personnes à cuisiner plus par elles-mêmes depuis qu'elles sont dans cette pratique.

« Je prends beaucoup plus le temps de cuisiner pour moi, finalement c'est beaucoup mieux pour la santé, je me sens plus en accord avec mon corps, avec mes opinions aussi donc je me sens plus en santé mais au niveau temps il faut prendre du temps, il faut s'adapter un peu. » Anne
« Après je suis obligée de faire des pâtisseries toutes les deux semaines, je fais une tournante on a plus ou moins 4 ou 5 sortes de biscuits disponibles en continu et donc je vais une fois faire des rochers au coco, des cookies en variant. Ce que je fais parfois aussi c'est des biscuits aux flocons d'avoine, des muffins etc. et je varie pour avoir toujours 4 trucs. » Virginie

Les personnes interrogées ont recours à des astuces pour limiter leurs déchets comme par exemple cuisiner les épluchures ou en faire des préparations. D'autres se tournent vers des engagements de consommation pour limiter ou éviter de consommer des produits presque uniquement vendus emballés. C'est le cas de Sophie qui s'intéresse au mode de vie *vegan*²¹ et plus particulièrement à la cuisine pour éviter de consommer du beurre par exemple.

« J'essaie vraiment d'user jusqu'à la corde les fruits et les légumes que j'utilise, j'essaie vraiment de ne rien jeter, c'est les fanes des légumes, par exemple je garde certaines épluchures ou certains légumes par exemples les parties qu'on n'utilise pas d'un brocoli et je les congèle, et une fois que j'ai une masse suffisante, l'idée est de faire un bouillon de légumes pour faire des bouillons cube en fait. » Benoit

Dans cette optique de savoir-faire, de nombreuses personnes fabriquent elles-mêmes leurs produits ménagers et hygiéniques.

« Je fais du savon avec des copeaux de savon, je fais mon déo, mon dentifrice, mon shampoing. » Fanny

« Je fais ma lessive, mon dentifrice pour l'instant c'est tout, aussi parce qu'en terme d'hygiène j'ai diminué mes besoins. Je pratique ce qui s'appelle le « no-poo », ça fait à peu près 3 ans que je ne me suis pas lavé les cheveux avec du shampoing donc du coup j'ai pas besoin de ça, j'utilise du savon en pin. » Benoit

On peut analyser cette volonté de faire par soi-même ses produits par plusieurs points. Tout d'abord, l'engagement du zéro déchet pose problème par rapport aux produits utilisés pour l'hygiène, souvent

²¹ Définition « Le Petit Robert » 2015 : personne qui exclut de son alimentation tout produit d'origine animale et adopte un mode de vie respectueux des animaux (habillement, cosmétiques, loisirs...).

commercialisés avec des emballages en matières plastiques ou ne se recyclant pas toujours. Les produits hygiéniques vendus en vrac sont rares à l'exception de quelques magasins spécialisés qui en proposent. Une autre valeur défendue par cette pratique est le respect de l'environnement, cela passe également par une attention particulière portée aux compositions des produits et une volonté de ne pas utiliser des produits dangereux pour ses enfants par exemple. La dernière raison défendue est souvent financière, faire ses produits par soi-même permet de réaliser des économies et de moins consommer. En lien avec le point précédent par rapport à la pratique du minimalisme, les enquêtés consomment donc moins de produits pour des raisons pratiques mais aussi par choix. En revanche, les femmes interrogées ont exprimé le fait qu'elles avaient des difficultés à trouver du maquillage ne produisant pas de déchet et continuent à en consommer par choix, comme par exemple le parfum.

« Le plus compliqué c'est peut-être le maquillage parce que le faire soi-même ça me paraît un peu compliqué et trouver du maquillage dans des emballages vraiment recyclables c'est difficile, il y a toujours une petite partie qui n'est pas recyclable. En même temps moi le maquillage ça me dure très longtemps, j'ai peut-être un déchet de maquillage par an donc pour moi je ne trouve pas que ce soit un très gros problème et disons que c'est le domaine où je suis la moins bonne en déchet. Si je voulais résoudre ça, il faudrait que j'essaie de le faire moi-même. » Claire

d. « Zero waste » l'autre dimension du mot « waste »

Comme nous l'avons précédemment abordé, le zéro déchet et notamment la dénomination anglaise « zero waste » comprend plusieurs significations : le souhait de ne plus produire de déchets par son mode de vie, sa consommation et ainsi la volonté de ne pas gaspiller des ressources, des objets, de la nourriture. Cette notion de ne pas gaspiller intervient à différents niveaux dans le zéro déchet avec le marché de l'occasion, la récupération et la réparation mais elle apparaît aussi à travers le gaspillage alimentaire. Le fait de faire plus attention à la provenance des produits, d'avoir le choix des quantités achetées et parfois payer plus cher pour certains produits labellisés sont autant de déterminants qui donnent une valeur plus importante à la nourriture et remet en question l'attitude des enquêtés face à la consommation.

« Je gaspille beaucoup moins, je gère mieux mon frigo parce que je sais combien je consomme par semaine et je sais ce que je vais acheter. » Anne

« Ça permet de réfléchir à la manière dont on consomme, donc je pense qu'on va acheter moins et avoir moins de gaspillage donc il est aussi là l'intérêt, dans le gaspillage alimentaire (...) ça

te force à réfléchir sur le moment où tu achètes sur la quantité. Quand c'est conditionné dans des trucs de pâtes etc. quand t'es tout seul, je pense que tu réfléchis plus aux quantités. » Alban

De plus, le gaspillage alimentaire qui est parfois assimilé au fait de jeter des restes est rendu presque impossible par cette pratique, les restes alimentaires ne trouvant leurs places ni dans le compost, ni dans la poubelle. Les enquêtés expliquent faire d'autant plus faire attention.

« Les gaspillages alimentaires justement ça ne se composte pas, t'es obligé de les jeter et vu que nous notre poubelle elle dure longtemps il est pas question de jeter des déchets organiques, on va pas garder ça trois mois dans une poubelle donc ouais ça c'est hors de question quoi. »
Sophie

3. Artefacts

Les deux parties précédentes ont permis de montrer que la dimension temporelle associée à la représentation symbolique jalonnée de différentes pratiques entraînait une réduction drastique des déchets, s'apparentant pour certains à presque du zéro déchet. Mais les artefacts jouent aussi un rôle important pour la pratique du zéro déchet.

a. L'importance des objets réutilisables

Pour les achats alimentaires, le moyen le plus utilisé est le cabas ou le sac à dos pour les personnes se déplaçant en vélo. Il existe ensuite différentes manières de s'organiser. Tous utilisent des sacs en tissu pour acheter les produits secs vendus en vrac et pour leur pain. Certains utilisent des boîtes en plastiques, d'autres des bocaux en verre selon leur avancée dans le zéro déchet et leurs convictions personnelles.

« Quand je vais faire mes courses, j'ai des sacs en tissu ou alors pour les fruits et légumes je les mets dans un grand sac où je les mets tous ensemble, puis pour tout ce qui est produits secs je les mets dans des sacs en tissu. Après pour tout ce qui est fromage, là je prends des Tupperware ou pour du yaourt que j'achète je prends un bocal en verre pour être sûr que ce soit bien hermétique. » Benoit

« Nous en fait on a des sacs en tissu que j'ai faits et on les utilise au marché et tout (...) On a aussi une collection de Tupperware. Au départ j'étais pas super fan de ces trucs parce que

c'était fait dans du plastique mais en même temps c'était con de se dire on va les jeter et les remplacer par des récipients en verre donc en fait on utilise quand même ça et en fait je trouve ça super pratique » Sophie

Une fois au domicile, le principe commun est de transvaser ses achats dans des bocaux en verre ou des boîtes en plastique pour les produits secs et de conserver au frais les autres produits.

« A domicile, j'ai donc des bocaux en verre dans lesquels je mets mes produits secs, type pâtes, couscous, lentilles, céréales. » Benoit

Même s'il existe des similitudes dans les objets utilisés, la pratique du zéro déchet se différencie d'une personne à l'autre. Pour s'approvisionner certains préfèrent récupérer ou acheter en seconde main des bocaux en verre tandis que d'autres les achètent neufs. Pour les sacs en tissu, certaines personnes les confectionnent à partir de tissu de récupération, d'autres les achètent également neufs.

Toute une série d'objets non recyclables sont également remplacés au fur et à mesure de l'avancée dans la pratique. La brosse à dent en plastique est remplacée par une brosse en bois recyclable, le papier essuie-tout par des lavettes en tissu, les mouchoirs ainsi que les serviettes sont dorénavant en tissu, les éponges ont trouvé leur substitut par des brosses végétales. Il en est de même pour certains produits d'hygiène et notamment d'hygiène intime, où il existe des produits permettant de ne pas produire de déchets (coupe menstruelle, serviettes lavables). De même pour les langes d'enfant qui peuvent être remplacés par des langes lavables. La seule problématique pour la plupart des personnes interrogées reste le papier toilette. Un seul des enquêtés utilise une alternative au papier toilette en l'occurrence une douchette mais les autres personnes se tournent vers des papiers toilettes non traités, biologiques avec un emballage plastique compostable.

b. Les dispositifs mis en place permettant la pratique

Le zéro déchet peut être réalisé grâce à l'utilisation d'objets, mais cette pratique nécessite également certains dispositifs.

Pour la région de Bruxelles, toutes les personnes rencontrées participent à un compost collectif géré par l'ASBL Worms. C'est grâce à ce dispositif mis en place par cette association que les personnes vivant en ville et en appartement notamment, peuvent recycler leurs matières organiques. Il existe également une autre méthode, le lombricomposteur, permettant de dégrader ses déchets dans des

espaces plus restreints. Une des personnes interrogées en utilise un dans sa colocation, mais le reste des personnes préfèrent utiliser le compost collectif. Pour trier les matières organiques pouvant être recyclées dans un compost, les enquêtés utilisent tous une poubelle, un bac ou un seau. Certains utilisent également le congélateur afin de conserver leur compost sans qu'il n'y ait d'odeur ou d'insectes.

« Je vis dans un appartement, j'ai une terrasse donc j'ai un petit bac qui est près de mon évier et là je mets les choses dedans facilement et après je transfère vers un bac qui est sur ma terrasse qui est un peu plus grand et quand ce bac-là est rempli je vais l'apporter à un compost collectif qui se trouve dans le parc juste à côté de chez moi. » Anne

Une seule personne à Bruxelles réalise son propre compost dans son jardin mais participe également à un compost collectif. Pour les personnes résidant en Wallonie, à La Hulpe, elles possèdent un jardin où elles font également leur propre compost. En revanche à Liège, la personne interrogée participe à un système de récupération des déchets organiques mis en place à l'échelle provinciale et géré par l'association intercommunale Intradel.

Le projet « Be-organic » au stade de test dans la région de Bruxelles-Capitale a également été évoqué durant les entretiens. En effet, l'Agence Bruxelles-Propreté réalise un projet pilote sur neuf communes (Auderghem, Etterbeek, Evere, Forest, Saint-Gilles, Saint-Josse-ten-Noode, Schaerbeek, Woluwe-Saint-Pierre et Woluwe-Saint-Lambert) afin de récolter les déchets organiques et qui permet une meilleure valorisation par un système de bio-méthanisation. Ce projet reconnaissable avec ses sacs orange permet de collecter les déchets organiques comme les épluchures, le marc de café, le thé, le papier essuie-tout ou les serviettes en papier mais aussi les restes de repas ainsi que les aliments périmés.

Une seule des personnes interrogées réside sur une des communes de ce projet, Etterbeek. Elle connaît ce projet mais n'en ayant pas besoin, elle ne souhaite pas y participer. Plusieurs personnes rencontrées résidant dans des communes voisines avaient connaissance de ce projet, y attachant des avis autant positifs que négatifs.

Pour de nombreuses personnes, ce nouveau sac leur semble complémentaire pour réaliser du zéro déchet car il permet de valoriser une partie des déchets organiques qui ne peut pas aller dans des composts collectifs, il peut permettre de décharger les composts collectifs d'une partie parfois trop abondante de matières carbonées.

« Je pense que c'est bien, de toute façon c'est pas la solution absolue mais ça fait partie du panel de solutions, l'idéal c'est qu'un produit, avant ou après sa consommation, il faut qu'il voyage le moins possible, c'est-à-dire de consommer local et même chose, organiser toute une tournée avec un camion qui va venir prendre tous les déchets pour les amener ailleurs etc. c'est pas nécessairement la meilleure solution, à priori la plus simple c'est de mettre ça dans son jardin maintenant tout le monde n'a pas un jardin, tout le monde n'est pas prêt à composter et donc dans ce sens-là, c'est vraiment très bien. » Benoit

Mais ce projet n'apparaît pas comme la meilleure solution pour réduire ses déchets. Le principal point négatif cité est la distance parcourue pour rejoindre l'usine de bio-méthanisation à Ypres. De plus, ce projet ne permet pas une remise en question de la problématique des déchets. De nombreuses personnes participent à ce test sans remettre en question leur pratique et leur gestion des déchets. Ce nouveau sac se présente comme le moyen de réduire ses déchets organiques et donc sa poubelle de déchets résiduels. Tout comme le recyclage, cette valorisation des déchets organiques dissimule un problème plus large de notre mode de consommation et ne permet pas de reconsidérer la place des déchets.

« Il faut d'abord réfléchir à l'amont, si on ne réfléchit pas en amont comment peut-on faire ? L'être humain essaie toujours de trouver les solutions pour combler un problème plutôt que de regarder à la base. L'être humain va d'abord réfléchir à l'après, qu'est-ce que technologiquement on peut faire pour résoudre le problème plutôt que de se dire que le problème il a une source, est-ce qu'on ne travaillerait pas à la source ? » Virginie

c. Une différence Bruxelles et la Wallonie pour faire ses courses ?

Enfin, dans cette dernière partie, nous voulons montrer que la mise à disposition et le choix que constituent les magasins vendant du vrac ainsi que les commerces de proximité et marchés permettent de réaliser la pratique du zéro déchet. En fonction des personnes et des différents types de lieux fréquentés, on peut tenter de dégager des tendances pour essayer de comprendre comment s'organisent les enquêtés.

Tout d'abord, nous allons nous intéresser aux personnes habitant dans la région de Bruxelles. Les commerces où l'on peut trouver de la vente en vrac se développent mais restent minoritaires, les enquêtés ont donc souvent évoqué les mêmes magasins lors des entretiens.

On peut dégager différentes tendances selon les différentes personnes interrogées. Le constat est le même pour tous les enquêtés, ils combinent les magasins spécialisés dans la vente en vrac où l'on retrouve des produits biologiques, équitables et/ou locaux, les magasins biologiques, qui possèdent une part plus ou moins importante de produits proposés en vrac et des commerces de proximité tels que les boucheries, fromageries, poissonneries et drogueries permettant également l'achat en vrac et assurant un gage de qualité.

Une des logiques principales repose sur une hiérarchie des modes de distribution avec en premier lieu le marché, puis les magasins spécialisés dans la vente en vrac et enfin les magasins biologiques. Grâce à ces différents lieux, les personnes interrogées peuvent trouver les matières premières et principales dans le magasin biologique, compléter avec le magasin en vrac pour les aliments plus rares et finir avec le marché pour les produits frais.

Ensuite, une autre logique peut être employée. En combinant les magasins vrac pour les achats principaux, les commerces de proximité pour des produits tels que le fromage, la viande ou le poisson et les commerces spécialisés comme les drogueries et les herboristeries par exemple.

Enfin, certains enquêtés font partie de Groupes d'Achat Solidaire tels que les GASAP ou la Ruche qui dit oui. Ce mode de distribution leur permet d'obtenir des fruits, légumes et produits frais selon les différents lieux de vente. En plus de ça, ils fréquentent des magasins vrac pour les produits qu'ils veulent obtenir sans emballages, les magasins biologiques pour des produits spécifiques et enfin des marchés quotidiennement ou exceptionnellement.

On peut constater selon les différents lieux fréquentés une multiplication des espaces de consommation. Afin d'éviter les modes de distribution classiques que constituent les supermarchés, les personnes pratiquant le zéro déchet associent de multiples lieux.

Nous pouvons nous demander comment, à leur tour, les personnes interrogées ne résidant pas dans la région de Bruxelles mettent en place la pratique du zéro déchet pour leur consommation alimentaire étant donné l'offre plus limitée et disparates de magasins répondant à leurs attentes.

Ces deux exemples, très différents, l'un de l'autre, nous montrent que la pratique du zéro déchet peut se mettre en place de différentes manières.

Pour les personnes interrogées résidant à La Hulpe, la pratique du zéro déchet passe par un magasin biologique qui leur permet de s'approvisionner pour les produits bruts comme les céréales, les farines, les féculents etc. puis par les commerces de proximité où ils peuvent acheter des produits frais. Enfin, le marché de leur ville et celui situé dans la commune de Boisfort leur permet de compléter leurs achats avec des produits peu vendus en vrac.

Pour l'enquêtée résidant entre Liège et Namur, la logique est différente. En effet, elle achète des produits comme ses fruits et ses légumes, ainsi que la viande et le poisson dans un supermarché. Elle se dirige en complément vers des magasins vendant des biologiques et/ou locaux pour acheter le reste de ses produits.

On peut ainsi constater la différence d'offre entre Bruxelles et les régions par l'absence de magasins vendant des produits en vrac dans les provinces des enquêtés. Mais ces personnes ont trouvé des alternatives permettant de consommer des produits sans emballages. Nous pouvons également constater une réappropriation des lieux de commerces de proximité, délaissés pour les supermarchés, les consommateurs associent une qualité ainsi qu'une proximité à leurs produits de consommation. En revanche, certains enquêtés m'ont expliqué ne pas trouver facilement de lait vendu en vrac dans la région bruxelloise alors que les trois personnes interrogées en Wallonie m'ont indiqué se fournir en lait dans des points de distribution automatique en lien avec des fermes locales.

4. Discussion

Enfin, on peut remarquer un certain mimétisme dans ces comportements qui m'ont amené à cette analyse. La principale source de communication de la pratique du zéro déchet est Internet et notamment les blogs ainsi que les réseaux sociaux. Cette pratique s'est fait connaître notamment par le biais de blogs américains et aujourd'hui européens. La personne qui est désignée comme représentant cette pratique est Béa Johnson, une franco-américaine. Parmi les personnes interrogées, toutes la connaissaient et avaient lu son livre, certaines avaient commencé le zéro déchet grâce à cette personne, en la voyant notamment en conférence.

Me questionnant sur la raison de ce phénomène, ce qui est majoritairement ressorti des entretiens est qu'elle incarne une personne « normale » avec une famille, loin des clichés qui peuvent facilement apparaître lorsqu'on imagine une personne engagée dans des causes environnementales.

Cet effet de mimétisme est intéressant à analyser car il permet de rendre compte d'un phénomène de diffusion assez positif mais entraîne également une harmonisation de la pratique qui peut être perçue comme négative.

Une des méthodes de diffusion employée pour induire des pratiques de consommation repose sur ce principe de mimétisme, de personnification dont les individus peuvent s'inspirer afin de le reproduire. Pour la pratique du zéro déchet cette diffusion fonctionne bien et fait prendre conscience à des personnes de l'impact généré par les déchets produits.

« Elle a su mettre les bons mots à mon avis. Moi ce qui m'a beaucoup motivé c'est quand tu la vois. Pour moi il y a deux modèles, il y a ceux qui le font depuis toujours et qui sont considérés comme les bobos altermondialistes et t'as des gens comme Bëa Johnson et tu te dis qu'elle y arrive donc je crois qu'elle a parlé à plus de monde, même si on fait la même chose que ceux que je viens de dire avant, elle l'a amené sous un autre angle et donc avec les bons mots, les bonnes clés. (...) Par contre Bëa Johnson, excepté son mari qui s'est reconverti par après, elle n'était pas « écolo » et donc je crois que c'est ça aussi qui fait que peut-être à un moment donné ça fait une résonnance différente par rapport aux autres. Elle ne vient pas de ce domaine-là, elle avait un mode de vie complètement à l'opposé avant donc c'est un bon exemple. » Virginie

En revanche, on s'aperçoit vite que la pratique s'est harmonisée. Il y a de nombreuses similitudes dans les différents objets utilisés, la pratique du minimalisme est souvent mise en avant.

« Je trouve que maintenant, surtout ces bloggeuses souvent elles donnent un aspect plus moderne à l'écologie, elles le représentent bien mais je ne voudrais pas que ça devienne en fait une nouvelle caricature, qu'on soit toutes tu vois, toutes dans l'univers minimaliste. Je trouve que tant mieux si ça reste dans l'univers diversifié parce que sinon on va se faire à nouveau tous cracher dessus tu vois. » Sophie

On peut donc voir à travers cette analyse que de nombreuses pratiques de consommation engagée apparaissent communes à l'ensemble des personnes interrogées lors de cette enquête. La consommation de produits locaux et biologiques est la pratique la plus courante. Au niveau de l'alimentation, les circuits courts sont privilégiés par le biais de marchés, de GASAP ou super-GAS et de la Ruche qui dit oui. La participation à un compost collectif ou un jardin partagé apparaissent

également comme des pratiques communes, le recours au marché de l'occasion pour les meubles et l'habillement, ainsi que la pratique du fait par soi-même. Pour les transports, les transports en commun sont souvent évoqués, les vélos partagés aussi mais la voiture reste pour certaines personnes un moyen de transport indispensable.

En revanche, certaines pratiques sont plus différenciantes. Les engagements de consommation tels que le végétarisme ou le véganisme ne sont pas courants mais une réduction de la consommation de viande peut être constatée. La valorisation du commerce équitable n'est pas toujours prise en compte.

De plus, selon les centres d'intérêt des différentes personnes, certaines sont plus intéressées par la mode éthique et toutes les problématiques liées au marché de l'habillement. D'autres sont plus sensibles aux questions liées à la finance et notamment aux banques alternatives.

Enfin, les personnes interrogées étant propriétaires ont évoqué leur volonté ou leurs méthodes pour rendre leur habitat plus éco-efficient. Seule une des enquêtées avait une expérience et une réelle connaissance dans ce domaine.

Conclusion

Ce mémoire a cherché à produire une réflexion axée sur la pratique du zéro déchet associée à des pratiques de consommation engagée et d'exprimer le résultat d'une enquête qualitative. L'objectif de ce travail était d'établir une réflexion sur l'engagement des individus dans des pratiques de consommation, mais en aucun cas de produire des généralités et des catégorisations applicables à l'ensemble de la population.

La démarche zéro déchet s'apparente à une volonté de réduire drastiquement ses déchets mais il existe autant de manières différentes de la pratiquer que de personnes. En effet, en matière de consommation engagée, les prises en considérations sont multiples et les choix de consommation sont influencés par bon nombre de facteurs tels que les blogs et les réseaux sociaux ainsi que les échanges entre pratiquants.

Comme nous l'avons évoqué, la réduction des déchets est une problématique à laquelle les politiques publiques s'intéressent en essayant de modifier des comportements et habitudes. La théorie des pratiques nous a permis de penser la pratique de réduction des déchets par les différentes pratiques de consommation qui la compose et d'essayer de comprendre comment ces pratiques recrutent les individus. Pour les personnes que j'ai rencontré il ne s'agit pas de devenir extrémiste et de ne se focaliser que là-dessus. Le but de toutes ces personnes a été la recherche d'une meilleure qualité de vie, d'un désencombrement et d'une réelle motivation à vouloir entreprendre et changer les choses à son niveau et faire évoluer ensuite les gens autour de soi.

Les pratiques mises en place se rejoignent sur les différentes méthodes employées pour y arriver mais certaines passent par des magasins spécialisés qui ont vu le jour récemment à Bruxelles, d'autres réinvestissent des lieux de commerces de proximité où la vente en vrac est complètement possible.

La véritable problématique qui se pose aujourd'hui pour la réduction des déchets est toute la logistique à mettre en place en amont. Pour de très nombreux produits, il est impossible de les trouver sans emballages que ce soit pour des normes d'hygiène, de sécurité ou de transport. Il reste donc à repenser toute une partie de la chaîne de production pour pouvoir rendre le zéro déchet réellement possible.

Le bilan de cette étude pourrait être de montrer que la démarche du zéro déchet met le consommateur dans une position d'acteur, dans une dynamique au centre des choses, obligé de trouver des alternatives pour réduire ses déchets. Les faits nous montrent que ce changement est possible. Certes il faudrait passer par une prise de conscience et des changements d'habitudes qui ont parfois la vie dure mais n'oublions pas que « changer les choses de place, c'est le travail des hommes : il faut faire cela ou rien » Albert Camus.

Bibliographie

ADEME. *Réduisons vite nos déchets ça déborde* - ADEME. Consulté le 9 février 2016.
<http://www.reduisonsnosdechets.fr/>.

ADEME. « La vente en vrac - Pratiques et perspectives », novembre 2012.
http://www.ademe.fr/sites/default/files/assets/documents/86337_etude-vrac-12-2012.pdf.

AGENCE EUROPEENNE POUR L'ENVIRONNEMENT 2016. *Les déchets : un problème ou une ressource ?* Consulté le 2 août 2016. En ligne : <http://www.eea.europa.eu/fr/signaux/signaux-2014/articles/les-dechets-un-probleme-ou>

BEAUD S., WEBER F., 2010. *Guide de l'enquête de terrain : produire et analyser des données ethnographiques*, Paris : La Découverte, 336 p.

BLANCHET A., GOTMAN A., *L'enquête et ses méthodes : l'entretien*, Paris, Armand Colin (coll. 128), 2005 (1re éd. 1992), 127 p.

BOZONNET J.P., 2010 « Boycott et « buycott » en Europe. Écocitoyenneté et culture libérale », *Sociologies pratiques* (n° 20), p. 37-50

BRUXELLES ENVIRONNEMENT. 2009 « Réduire ses déchets : 100 conseils pour consommer durable », En ligne :
http://documentation.bruxellesenvironnement.be/documents/100_conseils_DECHET_PART_FR.PDF.

BRUXELLES ENVIRONNEMENT, 2010. *Plan de prévention et de gestion des déchets*. Consulté le 18 décembre 2016. En ligne :
http://documentation.bruxellesenvironnement.be/documents/Plandechets_2010_FR.PDF

BRUXELLES ENVIRONNEMENT. 2016 *Déchets collectés en porte-à-porte*. Consulté le 8 février 2016. En ligne :
<http://www.environnement.brussels/etat-de-lenvironnement/synthese-2011-2012/dechets/dechets-collectes-en-porte-porte>

CENTRE D'ETUDES ET DE RECHERCHES URBAINES. « Vivres en vrac ». Bruxelles Environnement, novembre 2015. En ligne :

http://eru-urbanisme.be/uploads/files/2015/12/08/25/VivresEnVrac_rapport%20DEF_Light.pdf.

CONSEIL NATIONAL DE L'EMBALLAGE. « Produits en vrac & Produits préemballés : Les recommandations du Conseil National de l'Emballage », janvier 2014. En ligne : http://www.conseil-emballage.org/wp-content/uploads/2014/01/111_0.pdf.

DELPAL F., HATCHUEL G. 2007. « La consommation engagée s'affirme comme une tendance durable », *Consommation et modes de vie* n° 201, mars 2007, CRÉDOC.

« Depuis trois mois, je vis sans déchet. Et ça va très bien, merci ». *Reporterre*. Consulté le 18 avril 2016. <http://www.reporterre.net/Depuis-trois-mois-je-vis-sans-dechet-Et-ca-va-tres-bien-merci>.

DUBUISSON-QUELLIER S., 2009. *La consommation engagée*, Éditions des Presses de Sciences Po, 143 p.

DUBUISSON-QUELLIER S., 2011 « Le consommateur responsable ». *Sciences de la société*, n° 82

DUBUISSON-QUELLIER S., 2012 « Du consommateur éclairé au consommateur responsable », in PIGENET (Michel) & TARTAKOWSKI (Danielle) (Dir.) *Histoire des mouvements sociaux*, Paris, La Découverte, pp. 708-715

DUBUISSON-QUELLIER S. et PLESSZ M. 2013. « La théorie des pratiques ». *Sociologie* n°4, vol. 4 Consulté le 15 mars 2016. En ligne <http://sociologie.revues.org/2030>

DUBUISSON-QUELLIER S., 2014 « Les engagements et les attentes des consommateurs au regard des nouveaux modes de consommation : des opportunités pour l'économie circulaire », *Annales des Mines - Responsabilité et environnement* 4 (N° 76), p. 28-32

EUROSTAT 2016. *Déchets municipaux*. Consulté le 20 juin 2016. En ligne : <http://ec.europa.eu/eurostat/fr/web/waste/transboundary-waste-shipments/key-waste-streams/municipal-waste>

EVANS D., 2012. « Beyond the throwaway society: Ordinary domestic practice and a sociological approach to household food waste ». *Sociology* 46, pp 41-56.

E.W. « Objectif zéro déchet : dans les pas d'une famille bruxelloise ». Consulté le 11 mai 2016. En ligne : <http://www.lalibre.be/lifestyle/magazine/objectif-zero-dechet-dans-les-pas-d-une-famille-bruxelloise-5728c25e35702a22d700c50e>.

« Fost Plus sur tous les fronts pour maintenir le leadership de la Belgique en matière de recyclage d'emballages ». Consulté le 2 août 2016. <https://fostplus.prezly.com/fost-plus-sur-tous-les-fronts-pour-maintenir-le-leadership-de-la-belgique-en-matiere-de-recyclage-demballages>.

FUTURA-SCIENCES. « Dossier > Recyclage et traitement des déchets ». *Futura-Sciences*. Consulté le 20 juin 2016. En ligne : <http://www.futura-sciences.com/magazines/environnement/infos/dossiers/d/developpement-durable-recyclage-traitement-dechets-932/>.

INSEE. *Institut national de la statistique et des études économiques*. Consulté le 2 août 2016. En ligne : <http://www.insee.fr/fr>

JOSSIC M. et BONAFFE W., « La politique Zéro Déchets : un avenir sans déchets pour l'Europe ». CERES-ERTI, 2013. http://www.environnement.ens.fr/IMG/Zero_dechet.pdf.

JOHNSON B., 2013. Zéro déchet, Coll. Pratique, 400 p.

LALLEMENT E., « Ruptures, abandons, déplacements. Ethnologie des pratiques alternatives de consommation et d'échange », *Sociologies pratiques* 1/2010 (n° 20), p. 23-36

LECOMPTE FRANCOIS et VALETTE-FLORENCE. « Mieux Connaître Le Consommateur Socialement Responsable ». *Décisions Marketing*, n° 41 (mars 2006) : 67-79.

LEMAITRE D., « Ma vie zéro déchet - 6 mois pour réduire ma production de déchets à 0 », 2015.

« Le Scénario Zero Waste ». *Le Scénario Zero Waste*. Consulté le 2 février 2016. <http://lescenario.zerowasteFrance.org/>.

MAGAUDDA P., 2011. « When materiality “bites back” : Digital music consumption practices in the age of dematerialization », *Journal of Consumer Culture*, vol. 11, pp. 15-36.

NDIAYE A., et CARIMENTRAND A., 2011 « De la ”consommation responsable” à la ”consommation alternative” », <https://hal.archives-ouvertes.fr/halshs-00653561/document>.

OZÇAGLAR-TOULOUSE N. 2009. « Quels sens les consommateurs responsables donnent-ils à leur consommation ? Une approche par les récits de vie », *Recherche et Applications en Marketing*, vol. 24, n° 3, p. 3-23.

PARLEMENT EUROPEEN ET CONSEIL DE L’UNION EUROPEENNE. 2016. Directive du Parlement européen et du Conseil modifiant la directive 2008/98/CE relative aux déchets, Directive 2006/12/ce relative aux déchets. (Consulté le 2 août 2016) En ligne : <http://eur-lex.europa.eu/LexUriServ/LexUriServ.do?uri=OJ:L:2008:312:0003:0030:fr:PDF>

« Petit guide pratique d’initiatives locales et alternatives ». Consulté le 18 février 2016. <http://www.centreavec.be/site/petit-guide-pratique-d-initiatives-locales-et-alternatives>.

« Petit guide pratique d’initiatives locales et alternatives (Partie 3) ». Consulté le 18 février 2016. <http://www.centreavec.be/site/Petit-guide-pratique-d-initiatives-locales-et-alternatives-Partie-3>.

PEUGEOT V., BEUSCART J.S., PHARABOD A.S., et TRESPEUCH M. « Partager pour mieux consommer ? » *Esprit* Juillet, n° 7 (25 juin 2015) : 19-29.

L’OBSERVATOIRE VILLES INCLUSIVES, 2010. *Capannori (Italie) : Premier cas de mise en œuvre de la Stratégie « Zéro déchet » en Italie*. Consulté le 2 août 2016. En ligne : http://www.uclg-cisdp.org/sites/default/files/Capannori_2010_fr_final.pdf

RECKWITZ A. 2002. Toward a Theory of Social Practices: A Development in Culturalist Theorizing. *European Journal of Social Theory*, vol. 5, n° 2, p. 243-263.

REGION BRUXELLES CAPITALE. 2012. Ordonnance relative aux déchets (Consulté le 2 août 2016) En ligne :

[http://www.ejustice.just.fgov.be/cgi_loi/loi_a.pl?=&sql=\(text+contains+\(%27%27\)\)&rech=1&language=fr&tri=dd+AS+RANK&numero=1&table_name=loi&F=&cn=2012061402&caller=image_a1&fromtab=loi&la=F&pdf_page=59&pdf_file=http://www.ejustice.just.fgov.be/mopdf/2012/06/27_1.pdf](http://www.ejustice.just.fgov.be/cgi_loi/loi_a.pl?=&sql=(text+contains+(%27%27))&rech=1&language=fr&tri=dd+AS+RANK&numero=1&table_name=loi&F=&cn=2012061402&caller=image_a1&fromtab=loi&la=F&pdf_page=59&pdf_file=http://www.ejustice.just.fgov.be/mopdf/2012/06/27_1.pdf)

RODHAIN A., 2013 « J'aimerais bien, mais j'peux point... » : exploration des écarts entre attitude et comportement en consommation alternative », *Management & Avenir* 3 (N° 61), p. 50-69

WARIDEL L. 2005. *Acheter, c'est voter*, Écosociété, Montréal

SHOVE E., PANTZAR M., et WATSON M. 2012. *The Dynamics of Social Practice: Everyday Life and How It Changes*. Los Angeles: SAGE

SHOVE E. et PANTZAR M. 2005. «Consumers, producers and practices: Understanding the invention and reinvention of Nordic walking », *Journal of Consumer Culture* 5, (1): 43-64.

SHOVE E. et WALKER G. 2010. « Governing transitions in the sustainability of everyday life. » *Research policy* 39, (4): 471-476

WARDE A., SOUTHERTON D., GRONOW A., KILPINEN E., LIZARDO O., WILHITE H., SHOVE E., EVANS D., MCMEEKIN A. & THOGERSEN J. (ed.) (2012), *The habits of consumption*, Helsinki, Helsinki Collegium for Advanced Studies.

ZOLESIO E., 2011 « Anonymiser les enquêtés », dans revue ¿ Interrogations ? N°12 - Quoi de neuf dans le salariat ?, En ligne : <http://www.revue-interrogations.org/Anonymiser-les-enquetes> (Consulté le 8 août 2016).

Annexes

Annexe n°1 : Prise de contact par emails

Bonjour,

Dans le cadre du Master en gestion de l'environnement à l'ULB, je réalise un mémoire sur le zéro déchet et les pratiques de consommation alternatives associées.

Pour ce faire, j'ai besoin de votre participation.

Je cherche des personnes disponibles pour un entretien d'une petite heure afin d'approfondir le sujet. Cet entretien fera l'objet d'un enregistrement audio pour en faciliter l'étude et restera anonyme. Enfin, si vous le souhaitez je vous tiendrais au courant des résultats de mon étude.

N'hésitez pas à me contacter pour convenir d'un rendez-vous, si vous avez un peu de temps à me consacrer.

Je vous remercie d'avance pour le temps que vous m'accorderez.

Anaïs Gourichon

Bonjour,

Dans le cadre du Master en gestion de l'environnement à l'ULB, je réalise un mémoire sur le zéro déchet et les pratiques de consommation alternatives associées.

Je suis votre blog depuis quelques mois maintenant, lorsque j'ai commencé à m'intéresser au zéro déchet. Je recherche des personnes disponibles pour un entretien d'une petite heure afin d'approfondir le sujet. Sachant votre engagement dans cette démarche j'ai pensé vous contacter.

Cet entretien fera l'objet d'un enregistrement audio pour en faciliter l'étude et restera anonyme. Si pour des raisons pratiques, nous ne pouvions trouver un créneau, l'entretien pourrait se faire via Skype. Bien évidemment, les résultats de cette étude vous seront communiqués dès que celle-ci sera finalisée.

N'hésitez pas à me contacter si vous avez un peu de temps à me consacrer.

Je vous remercie d'avance pour le temps que vous m'accorderez.

Anaïs Gourichon

Annexe n°2 : Grille d'entretien

Présentation de l'entretien

Pratiques alternatives associées au zéro déchet : évolution de la pratique du zéro déchet

Rappeler les conditions de confidentialité, enregistrement audio de l'entretien

Inviter la personne à se présenter

- Age
- Niveau d'étude
- Profession/année d'étude
- Lieu de résidence
- Type d'habitation (propriétaire, locataire, colocataire)

Le zéro déchet

Qu'est-ce que le zéro déchet pour vous ?

Qu'est-ce qui vous a fait connaître cette démarche ? Quel a été l'élément déclencheur ?

Est-ce que le zéro déchet entraîne le minimalisme ?

Le zéro déchet est-il une forme d'anti-consommation ?

Vous considérez-vous comme engagé ?

Pourquoi et quand avez-vous commencé votre blog ?

Est-ce que vous arrivez à vous rapprocher de zéro déchet ? Comptabilisez-vous la production de vos déchets par mois/an ?

L'évolution

J'aimerais que vous me parliez de l'évolution de la pratique du zéro déchet pour vous :

- Qu'est-ce que vous avez mis en place en premier ?
- Qu'est-ce qui a changé dès le début ?

- Qu'est-ce que vous avez mis en place plus tard ?
- Qu'est-ce que vous voudriez mettre en place dans le futur ?
- Quelles sont les erreurs que vous avez faites ?
- Qu'est-ce qui est le plus compliqué à mettre en place ?
- Vous faites plus attention à ce que vous achetez ?
- Cuisinez-vous plus ?
- Est-ce que le zéro déchet vous demande plus de temps ?
- Par rapport à la vie sociale ? Choix compliqué ?
- Public plus féminin ?
- Problématique du coût

La pratique

J'aimerais que vous me parliez du zéro déchet au quotidien : Quels moyens sont mis en œuvre ?

Principaux lieux fréquentés liés au zéro déchet (magasins vrac, composts...)

- Type de lieux
- Raisons
- Fréquence
- Mode de déplacements

Annexe n°3 : Retranscriptions des entretiens

Entretien n°1 : Yoan, le mardi 3 mai 2016, de 17h30 à 19h

Age : 30 ans

Formation : Bachelier en publicité

Emploi actuel : Conseiller de clientèle chez Belfius

Situation familiale : Célibataire

Domicile : Ixelles, locataire

Zéro déchet : depuis fin 2014 – plus d'un an

Qu'est-ce que le zéro déchet pour vous ?

Le mode de vie zéro déchet pour moi concrètement c'est ne plus avoir de poubelle et supprimer ou réduire drastiquement ses déchets recyclables. Ce mode de vie accepte le recyclage mais le moins possible, c'est vraiment si l'on n'a pas trouvé d'autres alternatives.

Qu'est-ce qui vous a fait connaître cette démarche ? Depuis quand vous êtes-vous lancé dans le zéro déchet ?

Depuis fin 2014. Un pote m'a envoyé un article, un lien sur internet, sur Lauren Singer et le titre était « cette fille ne produit plus de déchets depuis 2 ans » donc je trouvais ça loufoque, mon pote m'a envoyé ça juste pour rire, c'était vraiment pas sérieux sur le moment, il ne s'attendait pas du tout à ce que je m'y intéresse et à ce que j'applique ce qu'elle fait. Moi comme j'étais déjà sensible avant à tout ce qui touchait à l'environnement, je vivais sans télévision, je faisais attention à ce que je mangeais aussi, je mangeais déjà beaucoup bio et je mangeais peu de viande, j'en mangeais encore, je faisais attention à mon impact écologique et à ma santé. J'étais aussi dans une période de ma vie où j'avais envie d'avancer, de changer, de m'améliorer donc je m'y suis intéressé, je suis allé sur le blog de cette fille, elle donne des astuces pour savoir comment faire. Vraiment en quelques semaines, en un mois j'étais vraiment rodé, c'est vraiment possible d'être dans ce mode de vie très rapidement, bien sûr après il m'a fallu plusieurs mois pour soit liquider ce que j'avais avant comme produits ménagers, diminuer ce que j'avais dans ma maison mais pour déjà être habitué, en un mois c'est vraiment faisable. Le zéro déchet c'est plusieurs points, il y a bien sûr la protection de l'environnement mais en même temps ça permet de se rendre meilleur, moi je trouve que cette fille c'était un exemple et ça me permettait d'être meilleur. Moi j'étais aussi curieux, je voulais savoir ce que ça faisait, ça paraissait génial, c'était attirant. En fait Lauren Singer, elle a notre âge, entre 20 et 30 ans, elle vit dans une ville, je trouvais que c'est une fille qui nous ressemble et je me suis dit c'est possible, c'est une fille qui a des potes, qui habite en ville, qui va boire un verre, qui va au ciné, je me dis si elle peut le faire, tout le monde peut le faire. Avec Béa Johnson elles se complètent bien, elles touchent les jeunes, les célibataires comme les familles.

Public plus féminin ?

Je peux vous confirmer en tout cas que ça attire plus les femmes parce que dans les ateliers que je fais chaque mois c'est principalement des filles. La raison c'est que sans doute les femmes font plus attention à leur santé et sont sans doute plus responsables ? Est-ce que cela a un lien avec l'instinct maternel ? Ça attire aussi les mecs, j'ai déjà eu plusieurs garçons dans les ateliers.

Pourquoi avez-vous commencé votre blog ?

J'ai créé le blog au mois de février 2016 et ça faisait quelques mois j'avais envie de créer un projet. Quand j'ai commencé fin 2014, j'ai vite réduit mes déchets mais il m'a fallu plusieurs mois pour avoir vraiment une maison zéro déchet. J'avais vraiment envie de promouvoir ce mode de vie, je trouve que vraiment c'est méconnu et qui pourtant vaut la peine de se faire connaître parce qu'il apporte tellement d'avantages, ma vie elle a changé radicalement et en mille fois mieux et à tout niveau, du point de physique, mental, je vois la vie différemment.

Est-ce que vous arrivez à vous rapprocher de zéro déchet ?

J'ai un petit bocal de déchets non recyclables que je garde, ce sont principalement des étiquettes de vêtements et d'autres choses que je ne peux pas recycler ou composter. Il y a quand même un autre objet auquel je pense, je ne sais pas trouver le vinaigre blanc en vrac donc je dois l'acheter en bouteille plastique.

Les principaux avantages pour vous du zéro déchet ?

Il y a l'aspect financier, tu fais au moins 40% voire 50% d'économies, donc tu gagnes de l'argent. Ensuite il y a l'aspect écologique, tu ne produis plus de déchets et le troisième gros avantage pour moi c'est la santé et dans la santé il y a deux aspects, la santé physique et la santé mentale. Ta santé physique se porte beaucoup plus parce que tu achètes en vrac, tu achètes plus de plastique qui peuvent contaminer la nourriture et forcément quand t'achètes en vrac tu n'achètes que des matières premières et donc tu évites tout ce qui est plats cuisinés et les produits qui sont dedans. La partie santé mentale, tu te sens beaucoup plus heureux, tu te sens plus libre, tu as comme un poids qui s'est détaché, tu gagnes du temps dans ta vie, t'as des priorités qui ont changé et donc t'as plus de temps pour de meilleures choses, tes valeurs ont changé, tu te concentres que sur le meilleur en fait, tu reviens à des relations plus importantes. Au point de vue mental c'est le plus important pour moi, c'est personnel.

Cuisinez-vous plus ? Est ce que le zéro déchet vous demande plus de temps ?

Non au contraire, ça me demande autant de temps voire moins de temps parce que les produits que je fais sont vraiment simples, depuis que je fais ce mode de vie, je n'ai pas fait deux fois le même repas. J'ai même découvert pleins d'autres fruits et légumes que je ne connaissais pas, des féculents aussi donc ça m'a apporté encore plus de variété. J'ai redécouvert pleins de gestes simples. Et au niveau du temps, c'est ultra simple donc ça dépend de chacun, pour ma part je trouve même que je gagne du temps par rapport à avant.

Quels sont les principaux freins à la mise en place du zéro déchet ?

De prime à bord, je n'ai vu aucun frein, je n'ai vu que des avantages. Pour certaines personnes, je suis certain qu'il doit y avoir des difficultés parce que c'est un changement d'habitude et changer ses habitudes c'est difficile. Il faut avoir la volonté en fait. Il y a aussi des aprioris, croire que c'est compliqué. Au point de vue pratique, à Bruxelles on a la chance d'avoir beaucoup de magasins sans

déchets toutefois quand on habite en dehors de Bruxelles, là on peut trouver un frein pour avoir de la nourriture en vrac. Pour d'autres activités plus précises, par exemple si tu fais des travaux chez toi et que tu dois mettre en couleur, tu dois t'acheter un pot de peinture et là c'est un déchet. Pour le quotidien ça va, pour te nourrir c'est bon, pour t'habiller c'est ok mais quand tu dois faire des tâches ponctuelles, rares, là ça devient plus compliqué. Si tu as une ampoule à remplacer, tu dois vraiment chercher pour avoir soit une ampoule en vrac, soit dans un papier en carton et sinon t'es obligé d'acheter une ampoule avec plein de plastique autour et tu te retrouves avec un déchet. Il faut aussi promouvoir le seconde main, il y a plusieurs magasins de meubles en seconde main et là forcément t'as pas de déchets, j'ai acheté plusieurs objets en seconde main. Mais il y a moyen de faire encore mieux dans ces magasins, pour que ça soit encore mieux ce qu'ils vendent.

Principaux lieux fréquentés liés au zéro déchet :

Je fréquente exactement 5 endroits. Il y a le compost collectif qui se trouve au parc Faider, ensuite il y a le magasin près de mon boulot où je prends uniquement les fruits, les légumes et le pain, ça s'appelle le « Magasain ». Il y a également « Almata », ça c'est un magasin d'alimentation où je prends l'huile d'olive. Je vais aussi aux « Chats-sœurs », ça se trouve au Châtelain et c'est tenu par des sœurs et j'y vais pour la partie des féculents : lentilles, pois chiches, fruits secs etc. Juste derrière chez moi il y a les « Petits Riens » ça j'y vais pour m'habiller, maintenant je n'y vais plus parce que j'ai tout ce qu'il me faut. J'aime bien aussi aller à la « Tsampa » pour la partie traiteur, pour des plats végétariens et les desserts. Je vais rajouter ma couturière, j'y allais jamais avant et j'y suis allé dernièrement pour réparer mon jean par exemple. Je vais chercher mes pots de confiture au marché, les pots sont consignés, c'est au marché du Chatelain. En moyenne, je vais dans un de ces endroits là par semaine et faire ses courses c'est devenu très rapide, je rentre dans le magasin, 10 minutes après je suis dehors donc je gagne du temps. Avant je devais prendre ma voiture, faire tout le tour des rayons, faire la file, ça prenait au moins une heure.

Est-ce que le zéro déchet vous a fait connaître certaines de ces pratiques ?

Le compost collectif, avant je ne savais pas que ça existait. Avant ce mode de vie, aller chez la couturière je ne le faisais pas. Les magasins de seconde main je connaissais pour l'effet de mode. Les magasins en vrac je ne connaissais pas non plus. Ça m'a changé dans ma personnalité parce que je suis devenue beaucoup plus audacieux, je me casse beaucoup moins la tête en fait.

Est-ce que le zéro déchet entraîne le minimalisme ?

Les deux vont ensemble, il n'y en a pas un qui va sans l'autre, si tu veux pratiquer un mode de vie totalement sans déchet il faut que tu sois minimaliste, c'est obligatoire. Moi j'ai découvert ça par un livre « L'art de la simplicité » de Dominique Loreau c'est grâce à ce livre que j'ai pu aller encore plus loin dans la simplicité, Béa Johnson l'explique aussi dans son livre. Un autre mode de vie que j'ai découvert aussi c'est le Feng shui, je devais déménager et je voulais savoir comment disposer mes meubles, c'est super pour ça. Un autre sujet que j'ai pu développer ce sont les économies alternatives, l'économie circulaire par exemple, je ne connaissais pas, la décroissance, Pierre Rabhi aussi. Ce mode de vie ça t'ouvre l'esprit, ça t'ouvre les yeux sur le monde et ça permet de se rendre compte qu'il est possible de vivre autrement et mieux.

Entretien n°2 : Anne, le mercredi 11 mai 2016, de 19h à 20h30 via Skype

Age : 28 ans
Formation : Master en architecture
Emploi actuel : Architecte
Situation familiale : Célibataire
Domicile : Molenbeek, locataire
Zéro déchet : depuis septembre 2014, 1 an et demi

Qu'est-ce qui vous a fait connaître cette démarche ? Depuis quand vous êtes-vous lancée ?

Ça fait maintenant bientôt 2 ans, j'ai commencé en septembre 2014. Je revenais de Berlin où j'avais habité pendant 6 mois pour mon stage et revenir à Bruxelles était un nouveau départ. J'avais emménagé avec mon copain à l'époque et on était tous les deux frustrés de rentrer de nos courses et la première chose que l'on faisait c'était de déballer les choses, on ne gardait pas les emballages, on ne les mettait pas dans le frigo, on avait nos pots en verre etc. Et puis on s'est tous les deux dits, un peu sans savoir, je ne connaissais pas Béa Johnson ou les autres personnes qui sont assez connues en Amérique, qui le font aussi. C'est comme ça que l'on a commencé, on s'est dit « Est-ce que c'est possible de le faire ? Qu'est-ce que ça va nous coûter ? ». C'était un peu un challenge puisqu'on commençait à en parler avec des amis et des gens disaient ça va pas marcher, comment tu vas faire ? Dans les supermarchés tout est emballé, c'est difficile ». J'avais envie de prouver que c'était possible. On a commencé comme ça et puis j'ai commencé à faire des recherches sur internet, d'abord j'ai regardé à Bruxelles ce qui se passe, à l'époque je ne trouvais rien du tout, pas d'autres blogs, pas d'explications nul part. C'est un peu en cherchant, en allant à différents magasins bio, aux Tanneurs par exemple mais on trouve pas tout et donc au fur et à mesure du temps je trouvais des solutions pour les choses qu'avant j'achetais en plastique ou dans le supermarché. C'était vraiment aliment par aliment, chose par chose que j'allais acheter je me posais la question « Est-ce qu'il y a une alternative qui n'est pas emballée ? ».

Pour les aliments ça a été relativement facile de trouver des alternatives pour pratiquement tout, je pense qu'au début je consommais quand même encore des choses, ça s'est fait en évolution, je consommais encore un peu de plastique. J'ai pas trop compté à l'époque mais je mettais peut-être une poubelle par mois et puis ça a évolué vers une poubelle tous les 3 mois et là ça fait pratiquement 8 mois que je n'ai pas mis de poubelle dehors et je garde tous les déchets que j'ai quand même encore dans un petit bocal, parce qu'il y a toujours des choses qui sont pas recyclables. Ça s'est fait progressivement et puis ce qui était le plus gros challenge c'était dans la salle de bain puisque, pour un garçon c'est peut-être plus facile, il est peut-être content avec un savon et un shampoing, mais là avec Lush et d'autres magasins où il y a moyen d'acheter des savons, des shampoings, des crèmes, etc en vrac j'ai commencé à faire mes propres savons, démaquillants et puis voilà j'en passe. J'ai encore du maquillage que j'avais à l'époque qui n'est toujours pas terminé, celui là je le garde jusqu'à qu'il n'y en ait plus et puis je serai bien forcée de le jeter aussi. Voilà les seuls déchets que je produis encore c'est le papier, par exemple la farine, parfois le sel ou le sucre est aussi emballé dans du papier donc ce genre de choses-là je les achète encore tout simplement parce que j'utilise encore du papier pour écrire, je suis architecte aussi donc j'imprime plein de papiers et voilà, impossible de vivre sans. Mais je sais que Béa Johnson ou d'autres personnes arrivent à le faire sans papier. Et puis les factures, les petits bons que tu reçois quand tu fais tes courses donc c'est pas évident de l'éviter, mais bon c'est un

challenge aussi parce que finalement le papier ça coûte de l'énergie pour le recycler, le fabriquer donc si on peut s'en passer tant mieux.

Vous ne voulez plus utiliser de plastique mais vous concevez encore d'utiliser du papier ?

Oui mais le papier finalement c'est un demi-déchet aussi, il se recycle mais toute l'énergie qui rentre dedans, c'est la même chose pour tous les plastiques. Le plastique, il a un impact environnemental qui est beaucoup plus élevé et quand il se retrouve dans la nature il ne se dégrade pas, le papier se dégradera beaucoup plus facilement. Finalement le papier reste naturel, c'est fait à partir de fibre de bois donc voilà.

J'aimerais que vous me parliez de l'évolution de la pratique du zéro déchet pour vous. Qu'est-ce que vous avez mis en place en premier ? Qu'est-ce que vous avez mis en place plus tard ?

Forcément la nourriture c'était le plus facile, ensuite la cuisine et la salle de bain. Je fais aussi attention à ce que j'achète pour les autres choses, pour les habits par exemple, ça fait très longtemps que je n'ai plus acheté de nouveaux habits, j'achèterai de seconde main ou j'achète pas, j'ai déjà assez d'habits et sinon ce mode de vie m'a aussi inspiré à créer une entreprise qui va transformer des déchets agricoles ou des déchets de nourriture en biomatériaux. En fait, les meubles, tout ce qui nous entoure finalement deviendra un jour ou l'autre un déchet et puisque je suis architecte je me suis dit que je pouvais peut-être jouer un rôle là-dedans en créant des matériaux qui pousse. Et donc ce que l'on fait c'est que l'on récupère des déchets agricoles, on va le mélanger avec des déchets de nourriture comme par exemple le marc de café et on fait pousser des micro-organismes dedans qui vont solidifier la matière, servir de colle et on va utiliser ce genre de matériaux pour fabriquer des nouveaux objets qui sont totalement biodégradables avec comme ambition de faire changer les mentalités des gens, leur montrer qu'il y a moyen d'avoir des objets qui sont complètement biodégradables. Voilà peut-être qu'un jour les bâtiments dans lesquels on vit seront moins polluants et avec des matériaux plus biodégradables.

Vous en es où dans ce projet ?

En ce moment on est en phase de recherche encore puisqu'on travaille avec de la biologie, on travaille avec des organismes qui vont pousser dedans et puis c'est quelque chose qui est complètement nouveau, il faut qu'on apprenne à travailler avec. L'autre chose aussi c'est qu'on part vraiment de l'ambition d'être bottom-up. Nous ce qui nous intéresse c'est de pouvoir offrir ce genre de matériaux à n'importe qui et que n'importe qui puisse fabriquer ses propres objets à la maison. On est aussi en train de créer comme une pâte avec laquelle on pourrait imprimer en 3D, puisqu'on s'imagine que la plupart des gens dans le futur ils auront une imprimante 3D à la maison mais en ce moment on refait les mêmes erreurs, on sait imprimer qu'avec du plastique ou avec des plastiques biodégradables mais ils se dégradent en 15 ans et dans des environnements spéciaux, donc pas dans la nature. Nous ce qu'on veut offrir c'est la possibilité d'imprimer ces propres choses à la maison avec finalement ses propres déchets et d'avoir une boucle complètement fermée. On aimerait que vivre sans déchet soit accessible pour tout le monde et que ça soit pas quelque chose qui soit difficile parce que maintenant il faut chercher les bons magasins, changer en quelque sorte son confort de vie aussi et en apportant ce genre de matériaux on s'imagine peut-être que ça sera plus facile pour chacun de moins polluer.

Vous pensez que vous avez ça changé votre confort de vie depuis que vous faites du zéro déchet ?

En partie oui parce qu'avant par exemple quand je rentrais du boulot, je travaillais tard le soir, beh je mettais une pizza ou une lasagne dans le four et j'attendais qu'elle soit prête et puis voilà mais la pizza elle est emballée dans trois emballages différents donc ça je ne le fais plus, je prends beaucoup plus le temps de cuisiner pour moi, finalement c'est beaucoup mieux pour la santé, je me sens plus en accord avec mon corps, avec mes opinions aussi donc je me sens plus en santé mais au niveau temps il faut prendre du temps, il s'adapter un peu. Donc mon confort de vie a changé mais pas d'un point de vue négatif, je le vois plutôt de façon positive, plutôt une « slow life » que j'essaie de mener, même si j'ai pleins de projets et j'ai quand même assez la pression, j'essaie pour mon mode de vie d'être « slow ».

Vous m'avez dit que vous aviez mis en place le zéro déchet pour la nourriture en premier parce que c'était le plus simple. Pourquoi ?

Je suis végétarienne depuis longtemps et donc j'ai pas eu trop de mal à trouver des alternatives. Pour le poisson et la viande, je pense que c'est un peu plus compliqué. Et donc les légumes, les fruits il y a moyen de facilement les trouver sur un marché, dans les supermarchés aussi. Pour tout ce qui est du sec, il y a pas mal d'offres dans les magasins bios ou au marché des tanneurs. Je crois que j'ai un peu tout changé, il n'y a rien que je ne mange plus parce que c'est emballé. Ça va de l'huile d'olive en vrac, le seitan par exemple y a moyen de l'acheter en pot en verre, la poudre d'amande quand on fait des cakes etc. y a tout en vrac, vraiment.

Vous entendez quoi par « la cuisine » ?

Les produits d'entretien et les éponges. Pour ça il y a Dille & Kamille où il y a moyen d'acheter des brosses en bois au lieu d'une éponge. Pour les produits d'entretien, y a moyen de les re-remplir chez Natura Corner ou chez Chyl, tu y vas avec ta propre bouteille. Et puis tous les emballages, Tupperware etc., j'ai changé par des pots en verres, j'en récupère beaucoup. Je n'utilise pas de pailles, ce genre de choses là, plus de serviettes en papier. Et puis la salle de bain, tout ce qui est pour le shampoing ou le maquillage, l'hygiène personnelle, pour les règles j'utilise la « mooncup » et puis des serviettes hygiéniques lavables. Parfois par exemple les médicaments, quand t'as un mal de tête ou de ventre, là je suis obligée d'en acheter, y a pas d'autres solutions. J'ai posé la question à la pharmacie pour savoir s'il ne voulait pas faire lui-même mais c'était pas possible à cause des licences et des brevets sur les produits. Puis, je lave mon appartement avec du bicarbonate de soude, le dentifrice d'ailleurs aussi c'est un mélange d'eau et de bicarbonate.

Qu'est-ce qui est le plus compliqué à mettre en place ?

Pour la salle de bain, je suis pas encore zéro déchet, j'ai encore des choses qui sont emballées, je suis encore dans la transition parce que je sais que dans quelques mois il faudra que je jette des choses. Et puis ce qui est parfois difficile aussi c'est quand tu pars en voyage ou quand tu ne connais pas les magasins qu'il y a dans une ville. C'est difficile de trouver les bons magasins, de trouver les choses qui ne sont pas emballées. Ça serait bien si d'autres gens qui habitent dans d'autres villes pouvaient faire des cartes, comme ça on peut partager les connaissances.

Quelles sont les erreurs que vous avez faites ?

C'est assez difficile à dire parce que je le vois comme une transition, une évolution donc voilà. Mais si y a un moment où je m'étais dit que j'allais devenir vegan et j'ai eu des problèmes de santé parce que c'était pas assez équilibré et donc à ce moment-là je me suis dit que j'allais quand même boire du lait

de soja, du lait qui est en brique, les tetrabricks, à une période je les ai reconsommé. Aussi le papier toilette, je pensais avoir trouvé la solution, notamment dans un magasin bio y avait marqué que l'emballage était biodégradable, je l'ai mis dans mon compost mais il ne se dégrade pas. Donc c'est un truc où je dois encore trouver une solution.

Par rapport à votre vie sociale ? C'est un choix compliqué ?

Non, je pense que la plupart des gens ils acceptent, j'ai pas changé mon caractère par rapport à ça donc je pense que j'ai rencontré plus de gens qui sont dans la même démarche, qui partagent les mêmes préoccupations mais j'ai pas perdu d'amis par rapport à ça et puis quand je vais manger chez quelqu'un je respecte son mode de vie et les gens qui viennent manger chez moi savent aussi que si ils apportent des déchets ils repartent avec donc voilà c'est accepter des deux côtés je pense. Après mon groupe d'amis est assez écolo aussi et puis mes collègues ils se moquent parfois de moi, des épiciers qui se moquent de moi aussi mais c'est gentil, c'est pas grave.

J'aimerais que vous me parliez du zéro déchet au quotidien

C'est devenu tellement une habitude que j'y réfléchis même plus en fait. Quand je fais mes courses, j'achète rien qui est emballé, ça veut dire que quand je fais mes courses y a rien qui est emballé qui rentre dans ma maison, ça veut dire que pendant la semaine je produirai aucun déchet puisque je travaille, le matin je mange ce que j'ai acheté, sinon le soir quand je sors et que je vais boire un verre ou quoi que ce soit, alors la question se pose à chaque fois, des pailles dans les verres, à ce moment-là il faut être assez sociable et prévenir à l'avance, d'y penser, de refuser les pailles, de refuser les emballages, de tout refuser.

Quels moyens sont mis en œuvre ? Qu'est-ce que vous utilisez pour faire tes courses ?

J'utilise des sacs en tissu, je vais en vélo au marché et j'ai des sacs sur mon vélo et un sac à dos, mon sac à dos il est rempli avec mes sacs en tissu, donc j'en ai de plusieurs tailles, j'ai des sacs où je mets à chaque fois le pain par exemple, je les lave pas à chaque fois que je fais mes courses donc je sais dans quel sac je mets quoi. Je fais mes courses une fois toutes les deux semaines sauf pour acheter des suppléments mais souvent ce que je fais c'est que je vais acheter le riz, les pâtes, les lentilles enfin tout le sec, je l'achète en une fois mais en beaucoup parce qu'ensuite je vais le transférer dans des pots en verre à la maison donc je peux le garder longtemps. Pour le pain, ou bien j'emporte mon sac en tissu au marché mais souvent ils ont envie de le mettre dans un sac en papier donc avant de demander le pain on donne le sac (rigole). C'est un peu changer sa façon de parler avec la personne derrière le comptoir. Pour tout ce qui est des légumes et des fruits, je vais mettre tout dans un grand sac en tissu, je les mélange et à la caisse ils ressortent tout et ils pèsent. Pour ce qui est, quand il me manque par exemple des choses qui sont en bouteilles, comme l'huile d'olive, je prévois ma bouteille, je l'emporte avec moi. Sinon les choses que j'emporte en verre ce sont les consignes que je rapporte au magasin mais j'évite d'emporter du verre parce que c'est encombrant. Sinon j'ai à chaque fois, j'ai mon sac à dos sur mon dos et j'ai toujours des petits sacs dedans au cas où je me trouve à avoir un petit creux ou à vouloir acheter quelque chose, j'ai toujours des réserves avec moi.

Vous m'avez dit que vous faisiez votre compost. Vous faites comment ?

Je vis dans un appartement, j'ai une terrasse donc j'ai un petit bac qui est près de mon évier et là je mets les choses dedans facilement et après je transfère vers un bac qui est sur ma terrasse qui est un

peu plus grande et quand ce bac là est rempli je vais l'apporter à un compost collectif qui se trouve dans le parc juste à côté de chez moi.

Vous pensez que c'est plus simple que de le faire toi-même ?

J'y ai pensé, mais je sais rien faire avec le jus de compost puisque, oui j'ai des plantes mais je pense que j'aurai trop de compost pour les plantes, donc je trouve plus simple de l'apporter au compost collectif et que ça composte à son aise et que ça soit utilisé pour le jardin collectif. Je vais déménager dans trois mois et là j'aurai un jardin et là je pourrai faire un compost dans le jardin, ça sera une autre expérience.

Aussi quand j'ai plus de savon par exemple, je vais chez Lush, souvent j'achète les savons, shampoings etc. chez eux, ils vendent des petits bacs en aluminium pour mettre les savons dedans, donc je les prévois à l'avance pour qu'ils me les emballent. Eux ils emballent dans du papier mais c'est mieux de ne pas les emballer.

Principaux lieux fréquentés liés au zéro déchet (magasins vrac, composts...)

J'habite à Molenbeek et dans mon quartier à part le compost collectif y a rien, y a pas de magasins vrac ou quoi que ce soit. Je vais en vélo dans le centre et dans le centre les magasins où je vais le plus souvent c'est au Bioshop et au marché des Tanneurs, ce sont les deux magasins que je fréquente le plus. Et je vais dans d'autres magasins qui ont un peu plus de choix par exemple, Färm qui est à la place Saint-Catherine ou Chyl, c'est un des magasins avec le plus grand nombre de vrac mais eux ils sont un peu plus chers donc j'irai juste s'il me faut quelque chose de chez eux, que je ne trouverai pas dans les autres magasins comme par exemple, ils vendent le vinaigre en grand bidon de 5L et j'ai pas trouvé d'autres endroits où le trouver donc c'est vraiment pour des choses très précises que je vais dans d'autres magasins.

Mode de déplacement

Oui, sauf Chyl parce que là ça me ferait 40 min de vélo, ça je fais en transports publics, quand c'est plus que 30 min je fais en transports publics.

Ce que je fais aussi parfois c'est les Abattoirs, ça c'est pas loin de chez moi non plus et là je vais plutôt vers l'heure de fermeture donc vers 14-15h, 16h max et là je récupère les invendus en fait, les aliments qu'ils vont jeter je vais les récupérer.

Fréquence

Ça dépend vraiment, par exemple les légumes ou les fruits, là j'y vais pratiquement chaque semaine mais pour ce qui est du sec, ça c'est toutes les deux semaines, voire trois semaines, ça dépend.

Pour le magasin Färm vous vous y rendez pour quelle raison ?

Ils ont un autre type de noix, ils ont d'autres types de fruits secs, ils ont des bonbons, des petits trucs au chocolat, donc j'y vais pour ça, ce sont plus ou moins les seules choses que j'achète chez eux.

Problématique du coût ?

Non au total ça sera moins cher, juste avant de devenir zéro déchet, on allait encore au supermarché et je pense que là on en avait pour 70€ par personne, 80€ peut-être par course et maintenant je suis aux alentours des 40€ donc c'est moins cher parce que je ne jette pas, j'achète pas un sac de carottes pour en utiliser que deux.

Vous avez l'impression de moins gaspiller ?

Oui, certainement, je gaspille beaucoup moins, je gère mieux mon frigo parce que je sais combien je consomme par semaine et je sais ce que je vais acheter. Pour ça je pense que c'est moins cher, même si c'est du bio, au marché des Tanneurs et au bioshop c'est vraiment abordable. J'avais fait une comparaison, c'est pas plus cher que les aliments bio en supermarchés.

Vous disiez que Chyl était plus cher ? C'est propre à ce magasin ?

C'est un petit peu plus cher parce qu'il y a une clientèle qui, ils sont dans un quartier plus aisé tout simplement et ils ont à mon avis une clientèle qui peut se le permettre mais ils sont pas plus chers sur tout, ça dépend vraiment des aliments par exemple, j'avais fait une fois la comparaison sur certains aliments ils sont dans le même prix et pour d'autres, chez Färm ou Natural Corner ou Chyl ils seront parfois deux fois plus chers pour la même chose qui est un produit de base comme le couscous par exemple. Ça dépend vraiment de chaque chose et ils changent leurs prix aussi donc je retiens pas toujours les prix.

Vous m'avais dit que vous achetiez d'occasion. Vous allez dans quels magasins ?

Les magasins de seconde main, il y a Episode qui se trouve près de la Grand-Place. Ça me fait penser il faudrait que je fasse une carte avec tous les magasins de seconde main sur Bruxelles. Et puis, rue Haute ou rue Blaes y a encore une série de magasins de seconde main, les vêtements au kilo ou un truc comme ça.

Est-ce que vous connaissez les repairs cafés ?

Oui et j'y suis allée une fois pour ma lampe de bureau qui était cassée et ils me l'ont réparé, ça a pris un peu de temps parce que tu dois attendre ton tour mais j'étais vraiment super contente puisque la lampe, c'était un problème d'électronique donc je savais pas le réparer moi-même et voilà. Sinon, je pense que depuis, y a plus rien qui s'est cassé.

Est-ce que, pour vous, le zéro déchet entraîne le minimalisme ?

En partie mais pas tout à fait. Peut être le minimalisme matérialiste oui dans ce sens où j'achète jamais des choses que je vais plus utiliser ou que j'utiliserai qu'une fois, je fais vraiment attention à tout ce qui est obsolescence programmée et chose comme ça donc dans ce sens je pense que, puisque je déménage beaucoup, plus ou moins tous les huit mois je déménage, j'ai plus tellement de choses, au fur et à mesure je me débarrasse des choses et je me rends compte que finalement oui de façon matérielle j'ai pas grand chose donc ça peut être considéré comme du minimalisme. Mais c'est pas du minimalisme dans mon esprit donc pour moi c'est plutôt quelque chose qui me préoccupe et socialement ça serait pas du minimalisme. Le minimalisme en architecture c'est aussi de la sobriété intellectuelle aussi et ça non, là je me sens plutôt pleine et créative, parce qu'il faut trouver des solutions créatives pour chaque problème qui se pose. Par exemple, Béa Johnson, son intérieur quand tu vois les photos c'est blanc, y a plus rien c'est clean. Mon intérieur à moi il est pas du tout comme ça, il est chaud, chaleureux, y a plein de choses, il est habillé donc c'est pas du minimalisme dans le sens architectural ou artistique.

Le zéro déchet est-il une forme d'anti-consommation ?

Oui, quand même, c'est du boycott des supermarchés. Je suis assez radicale par rapport à ça, c'est une consommation plus consciente.

Vous considérez-vous engagée ?

Peut-être même un peu trop engagée, j'ai trop de collectifs. Là ça va mieux mais je suis engagée dans Future of waste qui est lié à Make Sens, je suis engagée dans la transition à Bruxelles, j'étais engagée politiquement dans les jeunes écolos, localement aussi dans le jardin et le compost collectif. Mais aussi des activités, des projections de films, des débats, pleins de choses qui ont à voir avec le zéro déchet aussi parce qu'il y a beaucoup de gens qui demandent ça, d'en parler et parce que je pense que c'est important qu'avec un groupe de gens qui pensent la même chose, qu'on se réunisse, qu'on puisse en parler, qu'on puisse s'inspirer de d'autres gens autour de nous, c'est surtout pour ça que je m'engage dans tout ça.

Vous avez l'impression qu'il y a une demande à Bruxelles autour du zéro déchet ?

Oui, les derniers mois c'est fou comme les magasins à Bruxelles y a eu un boom, y a plein de nouvelles petites épiceries comme la Grainerie, Almata, Radis Store qui est lié à la Ruche qui dit oui. Quand j'ai commencé y a près d'un an et demi, j'avais l'impression d'être complètement seule, qu'il y avait personne d'autre à Bruxelles qui le faisait et puis au fur et à mesure tu te rends compte qu'en fait y a de plus en plus d'activités qui s'organisent autour aussi et pratiquement tous les magasins bio à Bruxelles se sont concentrés sur le vrac, je pense qu'il y a plus aucun magasin bio qui n'offre même pas au moins cinq rangées de vrac. J'espère que les supermarchés vont suivre.

Vous n'avez pas peur que si le vrac rentre dans les supermarchés ce soit une autre qualité que dans les magasins vracs ?

Je pense qu'il y aura des étiquettes où tu pourras savoir si c'est du vrac éthique ou du vrac non-éthique. Est-ce qu'il y aura moyen de savoir que c'est du vrac Keyllogs ou est-ce que c'est du vrac muesli bio ? Je pense que de toute façon les supermarchés et producteurs de nourriture devront un jour ou l'autre faire attention à leurs emballages ne fût-ce que le diminuer, de trouver des alternatives biodégradables. Aussi au niveau de la législation, ce sera un peu compliqué si les supermarchés offrent du vrac parce qu'il y a des problèmes hygiéniques aussi. Enfin je suis vraiment curieuse de voir l'évolution. Moi j'ai l'impression, mais c'est peut-être parce que je suis complètement dedans, j'ai l'impression qu'un jour ou l'autre ils vont évoluer. Ils vont bien se rendre compte qu'il y a plein d'épiceries qui en offre et si Colruyt, Carrefour etc. ne suivent pas peut-être qu'ils vont perdre des clients. Ce sera peut-être pour eux un moyen marketing aussi, je sais pas si c'est une évolution positive si tout devient du vrac. Je dirai à priori oui mais encore il faudrait voir la production et ce qui se passe avant de remplir les tonneaux, comment ça vient, si c'est en sac aussi.

Est-ce que les gens seraient prêt à adopter le vrac ?

S'ils n'ont pas le choix, je pense qu'ils le feront. Par exemple, les abattoirs, à partir de juin ou juillet ils ne pourront plus donner des sacs en plastiques. Mais maintenant les abattoirs c'est un marché gigantesque, ils mettent tout dans des sacs en plastique, ils mettent des sacs en plastique dans des sacs en plastique, tout est emballé donc ils vont devoir évoluer mais tous les gens qui vont aux abattoirs sont souvent des gens de différentes cultures, c'est pas uniquement comme moi, classe moyenne-aisée, blanc, mais ce sont peut-être des gens qui ont moins d'éducation, qui ne l'apprennent pas à la maison, pas à l'école, qui vont maintenant aller au supermarché et réaliser qu'ils ont plus de sacs plastique, donc c'est pas un changement tellement difficile en fait, la plupart des gens viennent déjà au supermarché avec leur caddy, pourquoi pas remplir le caddy à l'avance avec des sacs et des bocaux ?

Quand avez-vous commencé votre blog ? Pourquoi ?

Je pense que le premier article que j'ai publié c'était en novembre ou en décembre 2014, puisque j'ai commencé le zéro déchet en septembre 2014. A l'époque, personne d'autre n'écrivait à ce sujet là et j'avais l'impression que ça pouvait intéresser des gens, la façon dont je faisais la transition, ce qui me motivait. Ces derniers mois, j'ai plus trop écrit parce que je suis très occupée au niveau travail mais avec le blog je pense que ce qui a été le plus intéressant pour la plupart des gens ça a été la carte avec tous les points à Bruxelles. Y a régulièrement des gens qui posent des questions, qui m'envoient des mails donc je pense que c'est un outil qui aide les autres et c'est pour ça que j'ai commencé.

Le zéro déchet se développe sur internet ?

Je pense qu'il y a beaucoup de jeunes personnes qui sont inspirées par les blogs et qui commencent eux-mêmes parce qu'ils ont lu un blog d'une personne super connue comme Béa Johnson par exemple. Y a qu'une classe qui va lire le blog, ce ne sera pas tout le monde qui le lira.

Comment pouvez-vous expliquer que ce soit un public plus féminin qui s'intéresse au zéro déchet ?

Est-ce que c'est culturel que les femmes s'occupent plus de choses de la maison ? Ce sont aussi souvent les femmes qui font les courses, même si maintenant il y a l'égalité, peut-être qu'elles sont plus sensibilisées tout simplement par leur éducation. Peut-être qu'il y a aussi des hommes qui le font mais ils se réunissent pas pour en parler, les femmes elles aiment bien parler, se réunir entre elles et y a peut-être autant d'hommes qui le font mais qui n'écrivent pas à ce sujet, qui n'en parlent pas. Mon copain maintenant il est zéro déchet aussi mais y a personne qui le sait.

Entretien n°3 : Alban, le jeudi 12 mai 2016, de 8h à 9h30

Age : 28 ans

Formation : Ingénieur civil

Emploi actuel : Entrepreneur service logistique pour des contenants réutilisables

Situation familiale : Célibataire

Domicile : Ixelles, colocation

Zéro déchet : depuis septembre/octobre 2015 – 8 mois

Qu'est-ce que le zéro déchet pour toi ?

Zéro déchet c'est ce que j'assimile au livre de Béa Johnson et pour moi c'est plutôt un objectif, j'aime bien le côté jeu et j'aime moins le côté contraignant. Ce qui est intéressant c'est de réduire les premiers 70-80% et montrer aux gens que c'est facile. En fait, je pense que c'est lié au minimalisme, c'est-à-dire que quand tu consommes moins, tu achètes quand t'as besoin.

Est-ce que le zéro déchet entraîne le minimalisme ?

Pour moi ça devrait être l'inverse parce que pour moi le minimalisme a du sens en tant qu'état d'esprit et du coup le zéro déchet ça devient plutôt une conséquence et tu réfléchis un peu à ce que tu fais. Y a des gens qui commencent avec le zéro déchet mais le minimalisme est pour moi plus complet. C'est un peu l'idée du « refuse » dans le zéro déchet, vu que tu refuses beaucoup plus, t'as beaucoup moins de potentiel déchets qui sont créés.

Est-ce que l'objectif est de tendre vers du zéro déchet ?

Pour l'instant, en fait le gros problème c'est la nourriture parce que je suis en mode de vie entrepreneur, en termes de timing c'est un peu les montagnes russes. Quand t'as pas la stabilité c'est plus compliqué, c'est vraiment quelque chose dans lequel je me lancerai quand j'aurai une vie professionnelle et personnelle stable, pour pouvoir organiser mes repas et donc me dire que j'achète tels produits là et là. Pour moi il faut quand même une certaine stabilité sinon ça devient vraiment beaucoup d'efforts.

Quand est-ce que tu t'es lancé dans cette démarche ? Pourquoi ?

J'ai commencé à réfléchir à ça en septembre/octobre, quand on commençait à organiser le « No waste tour » dans Bruxelles, je voulais être cohérent avec ce qu'on essayait de passer comme message et comme valeurs.

Comment tu as connu le « no waste tour » ?

J'anime la communauté « Future of waste » sur Facebook. L'idée c'est de soutenir des entrepreneurs qui sont dans tout ce qui est économie circulaire et on avait une réunion et vu que Anne était là on s'est dit que tout ce qui était zéro déchet on pourrait en parler. Anne avait son blog qui est vraiment super bien, y a une carte mais on s'est dit qu'il fallait peut-être un peu plus et Anne avait déjà eu l'idée mais le fait qu'on soit ensemble, en fait on s'est dit on va faire un « zero waste tour » et on va créer un petit évènement sur Facebook et voir ce que les gens vont faire, du coup y a eu 30 personnes qui sont venues et on a fait ce tour dans Bruxelles. On a été dans le centre pour montrer les différents aspects, la nourriture, les produits d'entretien etc. Et on en a refait un au mois de février et là directement beaucoup de gens se sont inscrits et ils sont en train d'en réorganiser un pour le 18 juin je crois.

Tu sens une évolution ? Beaucoup de gens s'intéressent au zéro déchet ?

Je pense que le film « Demain » a eu un bon effet. Les gens se rendent compte de certaines choses et se disent « qu'est-ce que je peux faire ? » et du coup ils s'intéressent à d'autres choses et ils se disent « tiens comment je peux m'impliquer ? ».

Tu penses que le livre de Béa Johnson y a contribué aussi ?

Il faut déjà y arriver, il faut s'intéresser au zéro déchet. Moi je le connais parce que j'ai vu une conférence à Louvain-la-Neuve y a un an et donc voilà. C'est vrai que la personne inspire si tu la vois à une conférence. Maintenant pour les gens qui sont pas du tout là-dedans, je sais pas si Béa Johnson pour eux ça va pas être trop... Après elle c'est un peu la papesse du zéro déchet.

L'idée derrière le zéro déchet est aussi de montrer les limites du recyclage ?

En fait le zéro déchet c'est un peu un mythe parce que ce zéro déchet c'est pour le consommateur mais y en a toujours énormément chez les distributeurs. Même si tu as des pâtes en vrac, souvent elles arrivent dans un truc de 5-10kg, t'as encore du plastique autour et même chose pour les liquides. C'est déjà beaucoup mieux, moi je pense que c'est bien parce que ça permet de réfléchir à la manière dont on consomme, donc je pense qu'on va acheter moins et avoir moins de gaspillage donc il est aussi là l'intérêt, dans le gaspillage alimentaire.

Tu penses que les contenants pour les produits dans des magasins vrac ne sont pas réutilisés ?

Par exemple pour du Jean Bouteille, ce sont des cubis mais l'intérieur c'est une matière plastique qui permet d'avoir un vide d'air et pour la qualité du produit. Des fois tu vas avoir des trucs en métal mais si tu veux des solutions vraiment qui respectent la traçabilité, le système de pompe etc. tu peux pas faire ça, donc pour le moment c'est le mieux. En plus en termes de transport aussi si tu as de l'huile d'olive et que tu transportes ça, en termes de poids du contenant, c'est vraiment minime et du coup tu amènes le liquide jusqu'en Europe et après tu le mets en bouteille au magasin, si ta bouteille arrive à rester en circuit assez local c'est plus intéressant.

Tu penses que ça entraîne moins de gaspillage alimentaire ?

Je pense oui parce que ça te force à réfléchir sur le moment où tu achètes sur la quantité. Quand c'est conditionné dans des trucs de pâtes etc. quand t'es tout seul, je pense que tu réfléchis plus aux quantités.

J'aimerais que tu me parles de l'évolution de la pratique du zéro déchet pour toi.

Pour moi ce qui a été, vers ce qui est le plus « chouette », là où tu vois un impact c'est que j'ai, j'avais mes bidons d'Ecovert pour pas mal de produits et en fait j'ai commencé à aller les re-remplir, d'abord chez Natural Corner et maintenant je vais chez Chyl où tu peux quasiment aller tout remplir, lessive, adoucissant, liquide vaisselle, savon pousse-mousse, liquide de rinçage pour le lave vaisselle. Maintenant j'achète aussi des savons bios chez Senz c'est vraiment un super magasin pour tout ça, tu paies le prix mais c'est un savon local. Ils ont aussi du shampoing en vrac, ou du shampoing solide. Je mets quand même une différence entre ce qui est fonctionnel et les choses pour lesquels j'aime faire attention. Donc voilà, tu te rends compte quand tu vas remplir tes bidons que tu évites beaucoup de déchets. Ensuite, pour l'huile d'olive je prends des Jean bouteille et pour les achats j'essaie d'aller aux Tanneurs, à la Ruche qui dit oui avec mes sacs. Je vais à la Ruche qui dit oui de Maelbeek, elle est très bien en termes de produits, la personne qui a fait la ruche est assez exigeante donc j'y vais au maximum avec mes sacs.

Pour les déchets, tu arrives à limiter (à la Ruche qui dit oui) ?

Oui mais ça dépend quoi, évidemment quand tu vas dans tout ce qui est plutôt viande etc. beh ils ont des obligations. Justement maintenant à la Ruche qui dit oui de Maelbeek, Aurélien est en train de mettre en place un système pour réutiliser. Par exemple, si tu laves les contenants de yaourts et que tu les ramènes, eux pourront les utiliser. Un des problèmes là-dedans c'est souvent l'AFSCA (Agence fédérale de sécurité alimentaire), y a des règles etc. du coup tu vas souvent vers le jetable parce que si tu veux laver il faut s'assurer de certaines choses. D'où mon idée de mutualiser ça et de lancer notre projet de consignes.

Tu achètes quoi à la Ruche qui dit oui ?

Fruits et légumes essentiellement, des œufs parce qu'en plus on peut ramener les boîtes. Evidemment des fois tu dois compléter mais tout ce que je peux j'essaie de l'acheter là-bas. Si je veux acheter de la viande, je vais essayer d'acheter là. Quand je consomme de la viande c'est plutôt dans du transformé, dans un resto et j'ai pas d'autres options. J'achète des yaourts de temps en temps mais j'essaie de minimiser les produits laitiers. Et le pain, c'est déjà dans un papier.

Tu vois une différence en termes de coût ?

Oui, mais pour du local c'est... en fait ça dépend des producteurs, pour de la viande tu vas clairement être plus cher mais après c'est plutôt un choix local et bio ou proche du bio. Par exemple, la chèvrerie qui est à la Ruche qui dit oui c'est pas bio mais on sait pour quelles raisons, il a pas l'agrément, y a du bon bio et du mauvais bio.

Tu penses que le vrac revient moins cher ?

Moi j'ai jamais fait l'étude, les gens me disent que ça revient moins cher. Je pense que là où ça revient moins cher c'est que tu réfléchis plus à la manière dont tu manges je trouve donc au final je pense que tu n'y perds pas mais il faut comparer ce qui est comparable. Evidemment ça sera toujours plus cher dans un magasin en vrac mais souvent c'est des trucs bio, tu dois regarder si le même produit était dans un emballage c'est ça qu'il faut comparer. Mais je dirais que ça sera toujours plus cher qu'un paquet de pâtes produit blanc. Et puis il faut pas regarder le produit tout seul, il faut regarder quel était ton budget bouffe avant/après, savons etc. parce que je pense que tu consommes autrement.

Ça veut dire quoi pour toi consommer autrement ?

Tu fais plus attention à ce que tu consommes. Moi j'ai dû réduire mes besoins et la nourriture est un de mes seuls budgets. Bon après c'est plus pratique quand t'es à Ixelles, ça commence toujours par les bobos donc du coup t'as plus de solutions. Pour moi ça se met avec un autre style d'alimentation, j'essaie de changer la manière dont je m'alimente etc. donc c'est pas que le zéro déchet tout seul. Evidemment ça peut coûter plus cher mais tu vois c'est toujours moins cher de s'alimenter avec des choses moins saines donc c'est un peu compliqué de faire une différence. Mais je pense que l'idée du minimalisme c'est clairement d'acheter ce dont tu as besoin donc par mois à part extra, t'as besoin de payer ton loyer, d'acheter ta nourriture, d'avoir ton moyen de transport et des extras, boire un petit verre. Pour acheter une bière je préfère acheter du très local, moi c'est le local qui m'intéresse beaucoup. Tu paies plus cher mais du coup tu choisis aussi ce que, tu vas plus faire attention, c'est comme quand tu fais ta nourriture toi-même, y a des choses qui vont te paraître meilleures psychologiquement parce que tu l'as fait.

Tu as l'impression de cuisiner plus ?

Ça faisait partie de ce changement de vie quand j'ai quitté mon ancien job en septembre. Je pense que pour des gens qui sont en couple, en famille qui ont déjà leurs train-train en fait ils ont moins de temps mais ils sont plus structurés et donc du coup ils ont un temps prévu pour faire à manger parce que de toute façon ils doivent faire à manger aux enfants, tandis que moi si je veux pas manger, je mange pas.

Principaux lieux fréquentés liés au zéro déchet (magasins vracs, composts...)

Si je veux faire du zéro déchet, je peux aller aux Tanneurs qui n'est pas très loin, qui est ouvert assez souvent. La Ruche qui dit oui pour moi c'est à Maelbeek, y en a qui sont plus proches mais c'est celle d'un ami. Chyl pour les savons, Senz c'est à côté aussi, moi je suis un peu central par rapport à ça.

Est-ce que tu fais du compost ?

Pour la Ruche qui dit oui, ce qui est bien aussi c'est qu'on fait avec Aurélien, on a mis en place un système où les gens peuvent ramener leurs déchets alimentaires bio et le maraicher le reprend avec lui. C'est le premier à mettre ça en place, donc en fait moi j'ai mes pots de sauce de friterie lavés, je mets mon compost et je ramène. Ces derniers temps comme j'avais pas eu le temps d'aller à la Ruche, moi je vais aussi au compost du parc Faider qui est lui un compost ouvert, géré par Worms. C'est vrai qu'à Bruxelles avec Worms on a la chance d'avoir beaucoup de composts, ils ont triplé le nombre de compost.

Tu connais le projet pilote de sac orange ? Qu'est-ce que tu penses du principe ?

Pour moi, la bio-méthanisation c'est le parfait complément au compost donc tu compostes ce que tu peux et à côté tout ce qui est déchets cuits tu les mets dans ce sac là et ça peut aller à la bio-méthanisation, ça va à plus de 100km de Bruxelles à Ypres. Mais effectivement c'est un chouette projet parce que ça va permettre que, des choses qui vont à priori être brûlées, au moins tu en fais autre chose avec.

En termes d'organisation, tu m'as dit que tu réutilisais les bouteilles, les flacons.

En fait avec Zéro waste Belgium et Taste of no waste ils ont fait des sacs et moi j'en ai quelques-uns, c'est des sacs en tissu ou des fois je récupère des sacs en papier avant qu'ils se cassent et puis en général j'essaie de mettre dans des bocaux chez moi. A ce niveau là, je ne suis pas le plus organisé mais j'utilise des sacs et des bocaux.

Qu'est-ce qui est le plus compliqué à mettre en place ? Quelles sont les erreurs que tu as faites ?

Moi clairement c'est la nourriture que tu fais au dernier moment, quand tu rentres chez toi et que t'as envie d'une bonne crasse, tu prends un durum, y a de l'aluminium, des trucs, t'as encore un sac plastique alors que voilà. L'eau en bouteille j'en bois quasiment plus, enfin j'ai des Brita chez moi, je pense qu'il y a moyen de trouver des magasins où ils reprennent les filtres. Après maintenant ce qui est mieux, ça prend un peu plus de temps mais c'est des grandes cruches et tu mets un bâton de charbon. Mais c'est vrai que l'eau en bouteille c'est aussi un truc que j'ai pas mal réduit, et vu que j'achète quasiment plus de softs ou alors des jus mais les bouteilles sont consignées. Le vin évidemment, c'est rarement consigné, donc là ça va à la bulle à verre. Quand t'es en voyage ou que tu n'es pas chez toi. Je reviens du coup aux trucs que j'essaie de faire de temps en temps, c'est quand tu vas dans un magasin où ils te mettent d'office ton truc dans un paquet et maintenant j'essaie tout le temps d'avoir un sac avec moi, du coup tu leur donnes et ils te le mettent dedans, et du coup ça les

interpelle et au début ils te regardent vraiment bizarrement et ils s'en souviennent. En fait tu dois toujours être au taquet et même moi qui suis pas un timide, je trouve que des fois c'est un peu, tu vois t'as un peu peur, le gars il va me regarder comme un extraterrestre mais bon en même temps quand tu l'a fait t'es content parce que tu te dis « allez au moins y a quelqu'un qui se pose une question ». Mais ça c'est clairement un changement de mentalité à mettre en place et ça prend du temps.

Tu es déjà tombé sur des personnes qui refusent ou qui sont contre ?

Y a des gens qui comprennent pas, je leur dis « si l'emballage est déjà là, ça change rien que je le prenne ou pas chez moi et qu'il soit dans ma poubelle ou dans la votre. L'idée c'est de ne pas le créer le déchet ». C'est pour ça que quand il n'y a pas de magasins, enfin Bruxelles c'est déjà plus facile. Les gens ne se rendent pas compte en fait de l'impact, pour moi le déchet c'est pas seulement la pollution derrière, c'est toute l'énergie qui a été utilisée pour créer cet objet qui est finalement utilisé qu'une seule fois et même pas avec un matériau qui est durable. Un truc que je voulais rajouter par rapport aux magasins que je trouve vraiment intéressant. Par exemple, je vais chez Chyl pour remplir mes bidons de produit, en plus y moyen de faire mieux, tu peux toi-même faire tes propres produits, c'est une question de temps. En fait, tu vas chez Chyl, tu passes facilement 30 min et du coup t'as une toute autre relation parce que tu parles avec la personne etc. et moi c'est ça que j'aime bien, j'aime bien cet aspect local, parler à la personne, c'est tout à fait différent en termes de relations, c'est une autre approche. Les gens disent que ça prend du temps mais par rapport à ce que ça t'apporte.

Est ce que le zéro déchet te demande plus de temps ?

Oui clairement, mais de nouveau je pense que c'est de l'organisation donc au début tu t'habitues, ça prend plus de temps et après tu t'habitues et tu t'organises différemment.

Pour la Ruche qui dit oui c'est la même recherche de lien social ?

Clairement c'est les producteurs qui viennent, on peut parler avec les producteurs c'est clair que c'est différent.

Tu m'as parlé de Almata, tu achètes quoi ?

En vrac, il n'y a pas non plus énormément, c'est une partie parce que c'est plus une épicerie bio on va dire. Mais surtout il a Jean Bouteille, c'est le premier client de Jean Bouteille à Bruxelles donc tu peux acheter du vin, de l'huile et du vinaigre en vrac.

Par rapport à la vie sociale ? Un choix compliqué ?

Ça dépend, c'est toujours un peu marrant quand tu vas dans un café et que tu demandes « je ne veux pas de serviettes etc. » limite tu viens avec ta serviette en tissu. Les gens vont se questionner mais moi ça m'a pas, je pense pas que ça soit autant que quand t'es végétarien. A mon avis pour ça c'est plutôt Béa Johnson quand elle en parle, elle dit « on a nos règles chez nous et puis après les règles chez les gens, on est flexible ».

Elle dit justement dans son livre qu'au début elle est à cheval là-dessus et ça devient une obsession.

En fait, je pense que c'est comme tout, t'as tendance à être très extrême et à un moment tu commences à te stabiliser et tu deviens plus sage. Il faut pas aller dans le jugement, il faut que ça reste quelque

chose de fun en fait. Par exemple, pour les produits je trouve ça sympa, je me dis « au lieu d'aller acheter des nouveaux, je les re-remplis ».

Tu fréquentes des magasins de seconde main ?

Je n'achète pas beaucoup de vêtements, justement maintenant je suis plutôt dans : évacuer des vêtements. J'avoue que les vêtements quand j'en achète, beh tu rachètes le plus souvent des sous-vêtements et ça il faut du neuf, mais par contre je suis fort dans la « slow fashion » et sinon pour les vêtements j'achète rarement et quand j'y vais c'est une fois de temps en temps avec mère. En fait, moi j'ai la chance d'être plus aisé via mes parents et donc on achète des bonnes marques, j'achète des choses qui vont durer longtemps. Quand tu prends mes jeans, ça fait des années que je les ai et je tourne avec depuis des années. L'idéal c'est d'avoir des choses qui tiennent. Mais je vais essayer, au fur et à mesure, quand je dois me racheter des choses, je vais essayer mais c'est vrai aussi que j'ai pas une taille où c'est pas super facile de trouver des vêtements. Mais j'avoue que c'est la partie où j'ai pas encore été fort, de nouveau parce que j'ai pas eu de gros besoins d'acheter beaucoup de vêtements.

Tu te déplaces comment ?

En transports en commun ou de temps en temps quand j'ai besoin, j'ai la voiture de ma sœur chez mes parents. Transports en commun, à pied, vélo avant qu'on me le vole et là j'en ai un nouveau mais je l'ai pas encore équipé.

Tu te déplaces en voiture pour aller en dehors de Bruxelles ?

Ça dépend, c'est pour des questions pratiques, quand je dois transporter quelque chose. Mais c'est encore l'habitude, avant j'avais une voiture, c'est vrai que pour certaines choses quand t'es un peu à la bourre et que tu dois faire plusieurs choses sur la journée c'est pratique mais ça j'espère vraiment que j'arriverai à limiter et l'utiliser vraiment que quand j'en ai besoin.

Le zéro déchet est-il une forme d'anti-consommation ?

Clairement moi dans ma tête je suis pour changer la manière dont on consomme, c'est le côté minimaliste, genre « n'achète que ce dont tu as besoin ». En fait, c'est ça je pense que c'est une manière plus fun, il faut pas le présenter comme ça mais pour moi c'est une manière d'amener les gens à se rendre compte qu'ils n'ont pas besoin de plein de choses. En fait, on pense souvent à l'envers, c'est que les gens disent « ça prend du temps » mais le gros problème c'est justement tout ces services, start-ups qui sont faites pour simplifier des choses qui à priori doivent rester comme ça, pour moi c'est normal et si tu peux pas prendre le temps de faire ça, tu dois te poser des questions « comment ça se fait ? », surtout quand t'as les moyens. Elle est où ta qualité de vie, la nourriture c'est un investissement, si tu fais au plus rapide etc. c'est à toi de voir le calcul sur le long terme mais pour moi clairement c'est une approche globale, je vois pas ça comme un truc tout seul.

Tu crois qu'il y a une recherche de meilleure qualité de vie en faisant du zéro déchet ?

Oui, pour moi c'est ça qui fait que tu vas faire l'effort, c'est que ça fait partie d'une chose qui a du sens, surtout seul si tu cours juste après le zéro déchet à un moment tu te dis « pourquoi je fais autant d'effort », il faut qu'il y ait quelque chose de plus global autour.

Te considères-tu comme engagé ?

Oui clairement, j'ai fait 4 ans chez Accenture, une grosse boîte de conseils qui travaille avec les plus grosses boîtes, j'étais consultant en business là-bas. Je suis sortie de ça en septembre et je suis vraiment anti ça. Après j'essaie de limiter les projets, je travaille sur un projet de camp scout objectif zéro déchet. On va essayer de travailler en circuit court pour un maximum de repas, pour tout ce qui est savon proposer d'acheter en vrac etc. Ça c'est tout l'aspect éducation, t'as les jeunes, les chefs et leurs parents, et ça c'est un projet qui me tient beaucoup à cœur. Avec Futur of waste, on a lancé un atelier où l'on va apprendre aux gens à bricoler des choses à partir de palettes. L'idée c'est de faire des meubles qui vont être utilisés après par des réfugiés, des familles de réfugiés qui sont en train de se reloger. C'est une journée où les gens viennent, ils apprennent à bricoler comme ça ils peuvent le refaire chez eux mais ceux qui font le jour-même, ce sont des objets dont les réfugiés qui arrivent dans un petit studio par exemple, ils n'ont pas de meubles et nous on fait ça pour eux. Le troisième qui me tient beaucoup à cœur c'est tout ce qui est « Slow fashion ». J'organise en octobre un événement, c'est un milieu où j'ai pas mal de contact avec des entrepreneurs « slow fashion » en Belgique et du coup je voulais les mettre en avant. L'idée c'est de montrer toutes les solutions qu'il y a pour l'instant, vers où ils veulent arriver, comment on crée un monde différent, comment on s'habille d'une manière différente. L'idée c'est de faire cette conférence et une semaine avant d'organiser une projection du film « The true cost » qui est le film qui montre l'état de la mode.

Qu'est-ce que tu entends par « slow fashion » ?

Une autre manière de consommer la mode. En fait t'as un peu les slow tout, slow fashion, slow cosmétique etc. c'est juste que tu penses d'une autre manière, tu essaies de faire plus local quand tu peux. Les gens mettent un peu ce qu'ils veulent dedans, pour moi c'est une manière de dire la mode durable même si c'est très difficilement durable. En fait, c'est là que les gens ne se rendent pas compte, la mode, les vêtements en général c'est la plus grosse cause en terme de réchauffement climatique parce que c'est toutes les choses qu'on produit pour un usage unique. C'est une catastrophe, les gens ne se rendent pas compte. Le coton par définition même, même si tu as du coton bio, ça consomme énormément d'eau. T'as pas de solutions parfaites mais justement l'idée c'est d'acheter vraiment ce dont t'as besoin. Par exemple, les vestes chez Tale me pour l'hiver pour les enfants, clairement l'enfant il grandit donc il vaut mieux louer.

Il vaut mieux utiliser le marché de l'occasion ou la location pour toi ?

L'occasion tu règles pas le problème parce que sur le long terme, c'est bien parce qu'il faut utiliser tout ces stocks qui sont là mais ça règle pas le problème du nouveau. Tandis que quand tu loues, Tale me elle s'approvisionne chez les meilleurs, chez les trucs les plus durables et tu consommes moins. Quand tu loues ça te permet d'avoir une bien meilleure qualité sans devoir investir dans le prix parce que tu le payes pour l'utilisation que tu en as. Donc pour ce qui est enfant, clairement c'est la location, si tu veux vraiment avoir un impact sur le long terme, il faut passer par là. La seconde main c'est bien mais c'est intermédiaire, c'est parce qu'il y a énormément de pièces.

Tu connais/fréquentes des repairs cafés ?

Ça je dois y aller parce que j'ai une machine à café à faire réparer. Moi j'en ai pas encore fait mais moi je trouve ça génial. J'ai entendu qu'à certains repairs cafés, ils ont plus de bénévoles, ils ont du mal à trouver des gens qui viennent faire réparer leurs trucs. C'est bon signe mais ça veut dire que c'est du côté de la consommation que c'est pas encore ça. On a perdu l'habitude de réparer des trucs.

Le gros problème c'est qu'il faut des gens qui savent réparer des trucs de maintenant, c'est beaucoup d'électronique. Mais de nouveau y a quand même pas mal de monde qui font de l'électronique qui arrive à réparer des choses assez poussées.

Tu connais les systèmes d'échanges de services ou de savoirs ?

Moi je trouve ça génial, en fait ce que j'aime bien là-dedans c'est le côté, c'est les prémices à une monnaie locale, je crois vraiment beaucoup en ça, maintenant c'est compliqué à mettre en place mais moi c'est un sujet que j'aime beaucoup. Moi j'y crois vraiment beaucoup mais je pense que les gens n'ont pas encore assez faim en Belgique pour ce genre de choses. C'est le genre de choses qui arrivent en Grèce, au Portugal, en Espagne parce que les gens sont touchés, nous on est encore pas mal protégés et du coup avant d'être dans le mur, tu vas pas vers ce genre de solutions.

C'est une question de moyens peut-être, mais ce ne sont pas les personnes les plus pauvres qui mettent en place ces solutions.

Ça commence souvent chez les bobos mais c'est une question de temps, le problème c'est que les gens qui ont moins de moyens sont à mon avis plus sensibles à la surconsommation. Moi je me rendais compte que j'aimais bien, j'étais un gros consommateur, j'achetais beaucoup mais tu vois tu reçois les pubs de Aldi, beh t'as plein de trucs pas chers etc. t'as envie de les acheter. C'est le jour où tu reçois plus les pubs que d'un coup ça s'arrête.

Les banques alternatives ça t'intéresse ?

Y a que Neebew pour l'instant, le Crédal un peu et d'autres qui sont présentes. Ça m'intéresse vraiment parce que j'aime bien avoir une approche assez systémique, assez complète dans ma manière de changer de vie mais je ne suis pas un expert.

Tu veux rajouter quelque chose ?

En fait, moi au début je pensais que tu voulais me parler de la logistique qu'il y a derrière le zéro déchet. Par exemple, tu vois les gens peuvent faire ce qu'ils veulent mais le magasin zéro déchet il suffit pas d'aller dans ce magasin etc. il faut aussi qu'il y ait des producteurs, fournisseurs derrière et ça n'existe pas, cette filière n'existe quasiment pas et c'est ça que les gens doivent savoir et c'est pour ça que, par exemple, Jean Bouteille il ramène ses bouteilles à Lille et on se dit « on pourrait faire une laveuse à Bruxelles » mais pour ça il faut quelqu'un qui se mette dans la logistique et ça gagne rien du tout, y a personne qui va là-dedans. La mise en place des consignes ça peut avoir un impact énorme, mais tu dois avoir des magasins qui se lancent là-dedans et qui sont prêts à payer le prix au début.

Entretien n°4 : Claire, lundi 16 mai 2016, de 15h à 16h

Age : 29 ans
Formation : Master en graphisme
Emploi actuel : Chef de projet dans une agence de web marketing
Famille : Célibataire
Domicile : Schaerbeek, (limite Etterbeek) locataire
Zéro déchet : décembre 2014 – 1 an et demi

Qu'est-ce que le zéro déchet pour vous ?

C'est vivre en essayant de faire le moins de déchets et le but c'est d'arriver à zéro déchet mais c'est pas toujours possible, on peut aussi recycler ou composter mais le mieux c'est de faire en sorte qu'il n'y ait pas de déchet. Pour moi c'est lié au minimalisme, quand on adopte un mode de vie zéro déchet automatiquement on réduit ses besoins et on va à l'essentiel.

Est-ce que le zéro déchet entraine le minimalisme ?

C'est le zéro déchet qui a entraîné le minimalisme, je pense que c'est aussi possible que les gens qui s'intéressent au minimalisme soient intéressés par le zéro déchet. Pour moi c'est lié parce que c'est deux pratiques qui en gros visent à l'essentiel et à éviter le superflu, éviter tout ce qui n'est pas utile et nécessaire.

Qu'est-ce qui vous a fait connaître cette démarche ? Pourquoi se lancer dans cette démarche ?

C'est le blog de Lauren Singer « Trash is for tossers » et par la suite j'ai découvert Bea Johnson et ce sont mes deux sources d'inspiration qui m'ont permis de mettre en place ce mode de vie. J'ai toujours été sensible à la protection de l'environnement mais j'avais l'impression de ne pas vraiment avoir de pouvoir là dessus et quand j'ai découvert le mode de vie zéro déchet, d'abord ça me paraissait impossible, j'étais intriguée et puis je me suis un peu renseignée, comment Lauren faisait et je me suis dit que c'était à ma portée et ça m'a donné envie parce que je me suis dit qu'avec ça, je pourrais vraiment mettre en pratique mes valeurs et je me disais que finalement tout le monde a un impact sur l'environnement avec ses choix de consommation. Au début, je ne pensais pas que j'allais y arriver, aujourd'hui je n'ai plus besoin de poubelle chez moi, je ne pensais pas que j'allais arriver à ça, je me suis dit que j'allais faire ça petit à petit mais le fait de commencer ça m'a donné envie d'aller de plus en plus loin.

Depuis combien de temps vous faites du zéro déchet ?

J'ai commencé fin décembre 2014 et vers le mois de mai-juin j'avais pratiquement plus de déchets, je ne remplissais plus ma poubelle mais je l'avais toujours et alors au mois de novembre là je me suis décidée à me débarrasser de ma poubelle et alors là depuis le mois de novembre j'ai un bocal avec mes déchets et ça tient dans un petit bocal. Avant que je découvre le mode de vie zéro déchet, j'avais entre une poubelle de 30L par une ou deux semaines.

A quel niveau vous avez vu une réduction immédiate ?

J'ai commencé par acheter la nourriture en vrac parce que c'est ça qui génère le plus de déchets, les emballages de nourriture et moi j'étais une grosse consommatrice de mouchoirs en papier et quand j'ai remplacé par des mouchoirs en tissu ça a forcément diminué.

Qu'est-ce que vous avez mis en place en premier ?

La première chose c'est qu'avant de savoir si je voulais me lancer dans ce mode de vie, j'ai essayé de repérer s'il y avait un magasin alimentaire qui vendait en vrac près de chez moi et j'avais de la chance parce qu'il y avait le Färm Etterbeek à côté de chez moi donc j'ai regardé ce qu'il y avait dans les rayons, je me suis dit que je pouvais très bien me nourrir avec tout ce qu'ils proposent en vrac, donc c'est d'abord la nourriture. Pour acheter en vrac j'ai dû m'équiper de bocaux d'abord et de sachets en tissu. Ensuite quand ça était mis en place, la deuxième étape c'est voir ce que je pouvais réduire comme déchets dans la salle de bain. J'ai fait une liste de tous les produits que j'utilisais et je me demandais si c'était vraiment nécessaire que je continue à l'utiliser, si oui j'ai essayé de trouver une alternative zéro déchet mais la salle de bain ça s'est fait petit à petit parce que j'ai pas tout vidé en une fois, c'est le genre de produits qui se vident lentement. À chaque fois que je devais acheter un nouveau produit, j'avais déjà repéré à l'avance par quoi j'allais le remplacer. Pour les produits ménagers c'est la même chose que la salle de bain, ça s'est fait petit à petit. Et puis alors, en fait au mois de novembre, là j'ai fait un grand tri dans mon appartement et j'ai listé toutes les choses que je n'utilise pas souvent mais qui peuvent générer des déchets comme le papier collant, les trucs comme ça, avec la liste que j'avais fait j'ai trouvé des alternatives, j'ai remplacé ces dernières choses et à l'avenir un de mes problèmes de déchet c'est l'emballage en plastique du papier toilette et là je me dis que dans mon prochain appartement, j'essaierai de mettre en place la douchette pour les toilettes mais là l'appartement dans lequel je suis, l'installation est un peu vieille donc ça risque de poser problème donc ça je garde pour une prochaine étape.

Qu'est-ce que qui génère encore des déchets à part l'emballage du papier toilette ?

Ce qui me génère des déchets actuellement c'est des choses vraiment rares, des tous petits morceaux que je mets dans mon bocal.

Qu'est-ce qui est le plus compliqué à mettre en place ? Quelles sont les erreurs que vous avez faites ?

Le plus compliqué c'est peut-être le maquillage parce que le faire soi-même ça me paraît un peu compliqué et trouver du maquillage dans des emballages vraiment recyclables c'est difficile, il y a toujours une petite partie qui n'est pas recyclable. En même temps moi le maquillage ça me dure très longtemps, j'ai peut-être un déchet de maquillage par an donc pour moi je ne trouve pas que ce soit un très gros problème et disons que c'est le domaine où je suis la moins bonne en déchet. Si je voulais résoudre ça, il faudrait que j'essaie de le faire moi-même.

Pour les produits ménagers, vous les faites vous-même ?

En fait j'utilise des ingrédients de base, savon noir, vinaigre, bicarbonate de soude, cristaux de soude. Je n'ai pas besoin de les préparer à l'avance, par exemple dans la machine à laver je mets tous les ingrédients et j'ai pas besoin de les préparer à l'avance et quand je fais le ménage, je fais pareil.

Pour les produits d'hygiène vous achetez ou vous les faites vous-même ?

Ça j'achète savon et shampoing solide, et pour la peau des huiles végétales en vrac ou alors dans des bouteilles en verre. La plupart des produits ménagers je les trouve à la Droguerie Le Lion dans le centre de Bruxelles en vrac, j'utilise beaucoup tout ce qui est huile d'amande douce et ça c'est vendu en vrac dans toutes les pharmacies et les savons et les shampoings solides, y a le magasin « Senz » où

je vais souvent, sinon il y a d'autres endroits où l'on peut trouver ça. J'utilise l'huile de pépin de raisin, ça c'est un peu plus difficile à trouver, jusqu'à présent je ne l'ai trouvé qu'à l'« Herboristerie Moderne » dans le centre.

Principaux lieux fréquentés liés au zéro déchet :

Là où je vais chaque semaine c'est chez Färm, pour acheter mes légumes et les aliments secs. Là où je vais de temps en temps c'est à la « Crèmerie des Tongres » où là j'achète le fromage sans emballage, y a aussi la boucherie « Lanssens », y a aussi la poissonnerie mais pour le moment elle est en travaux en ce moment. De temps en temps, quand j'ai besoin des ingrédients pour les produits ménagers, je vais à la « Droguerie Le Lion » dans le centre. Pour les herbes et les épices je vais à l'« Herboristerie Moderne » et j'achète aussi mes confitures au marché du Châtelain parce que c'est dans des pots consignés.

Vous faites votre compost ou vous participez à un compost collectif ?

Je participe à un compost collectif, le compost du parc d'Etterbeek.

Vous fréquentez des magasins qui vendent de la seconde main ?

Pas souvent non, parfois ça m'arrive si j'ai besoin de quelque chose, je vais aller voir dans un magasin de seconde main mais j'avoue que je ne trouve pas souvent ce que je cherche. J'aimerais bien privilégier plus la seconde main mais jusqu'à présent je n'ai jamais été satisfaite par ce qu'on m'a proposé dans les magasins de seconde main.

Pour les vêtements par exemple, vous continuez d'acheter neuf ?

J'achète moins qu'avant et je me suis faite une liste de vêtements que je considère avoir besoin et j'attends qu'il y ait un vêtement qui soit usé pour le remplacer et je ne vais pas acheter un vêtement supplémentaire qui n'est pas dans ma liste mais jusqu'à présent j'achète tout le temps neuf parce qu'en ce moment je n'arrive pas à trouver ce qui me plaît.

A quelle fréquence, vous rendez-vous dans ces différents lieux ?

Le compost toutes les deux-trois semaines et parfois qu'une seule fois par mois. La droguerie j'y vais peut-être une fois tous les deux mois, peut être même tous les trois mois. Chez « Färm » j'y vais toutes les semaines.

Est-ce que vous trouvez que le zéro déchet réduit le gaspillage alimentaire ? Cuisinez-vous plus ?

Déjà avant je ne jetais jamais de nourriture, j'ai été élevé comme ça mais le fait d'acheter en vrac ça facilite encore plus parce que là on achète vraiment les quantités dont on a besoin. Et puis avant j'étais pas du genre à acheter des plats tout faits mais j'ai pas l'impression de cuisiner plus en tout cas, je cuisine beaucoup plus simplement et beaucoup plus intuitivement.

Est-ce que ça vous prend plus de temps ?

Non j'ai pas l'impression c'est juste que parfois, quand je dois racheter des produits par exemple quand je dois aller à la droguerie c'est plus loin que d'aller au supermarché le plus proche mais en même temps je suis contente d'aller me balader dans le centre et je le fais moins souvent. Avant j'étais plus matérialiste, j'avais toujours plein de choses à acheter maintenant j'en ai moins à acheter et c'est un peu plus loin qu'avant mais au final ça ne me prend pas plus de temps.

Problématique du coût ?

Pour la nourriture j'ai pas l'impression de dépenser plus qu'avant, je dirais plutôt moins mais je mange de bien meilleure qualité qu'avant, je n'achète plus de biscuits et ça me coûtait assez cher avant. Maintenant peut-être que mon riz me coûte plus cher parce qu'il est bio mais d'un autre côté il y a d'autres produits que je n'achète plus donc au final je ne dépense pas plus.

Quels sont les moyens mis en œuvre ?

J'utilise des bocaux et des sacs en tissu. A part ça, je fais des listes des magasins où aller, des alternatives zéro déchet mais ça c'est plus pour pouvoir le partager avec les autres que pour moi. Sinon du point de vue pratique, à part les bocaux et les sacs en tissu, je ne vois pas vraiment autre chose. Et chez moi j'ai remplacé certains objets, comme par exemple les cotons tiges, j'ai un oriculi en bambou, une brosse à dent en bois au lieu d'une brosse à dent en plastique.

Par rapport à la vie sociale ? C'est un choix compliqué ?

Quand je vais chez les autres ou quand je pars en vacances avec d'autres personnes j'essaie de faire au mieux mais je ne vais pas m'interdire de faire certaines choses parce que ça crée des déchets. Je ne veux pas non plus imposer mon système à tout le monde, je veux que les gens aient envie de le faire parce qu'ils trouvent ça bien. Je produis donc des déchets que je n'aurais pas fait toute seule mais pour des raisons sociales je m'adapte.

Le zéro déchet est-il une forme d'anti-consommation ?

En tout cas, ça pousse à être beaucoup plus responsable par ses choix de consommation et on consomme beaucoup moins, on devient moins matérialiste mais il faut quand même bien se nourrir donc c'est pas anti-consommation mais c'est sûr que ça change la consommation et ça va à l'encontre de la société de consommation.

Vous considérez-vous comme engagée ?

Avec d'autres personnes on a lancé « Zéro waste Belgium », par ça je me sens engagée mais rien qu'avec mes simples choix de consommation je me sens engagée. J'aimerais m'engager encore plus, j'aimerais trouver un travail qui correspond à mes valeurs parce qu'actuellement ce n'est pas le cas.

Les Gasap ou la Ruche qui dit oui, vous en avez déjà entendu parlé ? Vous y participiez avant, dans le futur ? La Ruche qui dit oui il y en a une pas très loin de chez moi, j'ai déjà participé mais j'ai perdu l'habitude d'y aller et j'aimerais bien y retourner.

Vous m'avez parlé du minimalisme, est-ce que vous pourriez m'en dire plus ?

Quand j'ai commencé le zéro déchet, je me suis rendue compte que posséder le moins de choses possibles ça simplifiait la vie et ça rendait plus heureux en quelque sorte parce qu'on a moins de soucis, j'ai l'impression que plus on possède d'objets, plus ça génère des soucis. Je préfère posséder le moins possible, ça m'allège en quelque sorte.

Vous avez l'impression que la démarche du zéro déchet est de plus en plus connue ?

C'est vraiment un domaine qui est en plein essor, il y a de plus en plus de gens qui s'y intéressent, par rapport à quand j'ai commencé, je n'entendais personne qui en parlait autour de moi et là, même sans en parler, des gens auxquels je ne m'attends pas en parlent, ça devient quelque chose de connu.

Est-ce que c'était difficile socialement de dire que l'on faisait du zéro déchet ?

Moi en tout cas, chaque fois que j'en ai parlé, les gens trouvent ça assez positif, c'est vrai que parfois il y en a qui se demande « c'est quoi celle-là » mais bon ça ne me dérange pas. Je pense qu'on me posait plus de questions au début parce que les gens étaient moins habitués, maintenant les commerçants commencent à être plus habitués donc ils trouvent ça plus normal.

A Bruxelles, il y a une offre qui permet de faire du zéro déchet ? Est ce qu'il y a une différence entre le reste de la Belgique et Bruxelles ?

Je pense que par exemple, mes parents habitent dans le Brabant Wallon, et si j'habitais là-bas j'aurais beaucoup plus de mal à faire du zéro déchet qu'à Bruxelles. Et à Bruxelles, je pense qu'il y a beaucoup de choses qui sont concentrées à Ixelles et dans le centre, donc si on est loin de ces communes, j'ai l'impression que c'est plus difficile aussi.

Qu'est-ce qui manque aujourd'hui à Bruxelles ?

Je pense qu'il faudrait qu'il y ait plus de magasins vrac, un peu partout dans toutes les communes et que ça ne soit pas concentré qu'à Ixelles et dans le centre. Et peut-être ce qui faciliterait aussi ça serait un magasin où il y aurait la nourriture et le côté droguerie, herbes, épices, tout rassemblé, qu'on puisse tout acheter au même endroit.

Entretien n°5 : Virginie, mardi 17 mai 2016, de 10h à 12h

Age : 38 ans
Formation : Bac + 4 (Graduat + année complémentaire)
Emploi actuel : Communication mutualité
Situation familiale : mariée, 2 enfants
Domicile : Etterbeek, propriétaire
Zéro déchet : novembre 2015 – 7 mois

Qu'est-ce que le zéro déchet pour toi ?

C'est éviter de consommer un ensemble de produits qui sont à la fois industriels, ne respectent pas l'environnement et en même temps n'ont pas un cycle circulaire. C'est-à-dire qu'aujourd'hui quand on consomme des produits souvent ils terminent à la poubelle et donc nous on veut éviter ça et on voudrait quelque chose qui, si on prend quelque chose qui a un emballage, il faut que cet emballage respecte un cycle et puisse être réutilisé dans un autre boucle etc.

Qu'est-ce qui t'as fait connaître cette démarche ? Depuis quand t'es-tu lancée dans le ZD ?

J'avais déjà vu sur internet des articles sur Béa Johnson et ça m'avait déjà interpellé à l'époque mais je ne m'étais pas arrêtée dessus. Et puis un jour j'ai vu qu'il y avait une conférence à Louvain-la-Neuve ou à Namur et je me suis dit que c'était l'occasion d'aller la voir, je me suis inscrite. Moi je me disais je voudrais voir cette personne parce que je n'arrivais pas à croire qu'on puisse juste avoir un bocal de déchets pour une famille de 4 personnes. Et comme c'était 4 personnes, comme nous, ça m'interpelait d'autant plus. Il y a beaucoup de gens qui font du zéro déchet en individuel mais sans famille et moi c'était plus cet aspect familial où je me disais « comment est-ce qu'on gère ça avec le fait que chacun a ses attentes, ses besoins etc. ? ». Donc quand je suis allée à la conférence ça a tout de suite été le déclic mais c'est vrai que nous on était déjà dans une démarche écologique. Ma première fille va avoir 10 ans et c'est vraiment à ce moment-là où on a eu un changement de mentalité et on s'est dit « qu'est-ce qu'on veut offrir à notre enfant ? » donc on est passés au bio, on a acheté tous nos produits, légumes, fruits etc. dans un groupe d'achat solidaire mais on ne regardait pas spécialement à l'emballage, c'est vraiment au moment de cette conférence, où le lendemain je suis allée dans le magasin où je vais d'habitude et je me suis rendu compte de la quantité de plastique, de papiers, d'emballages qui sont autour des produits et je me suis dit « en fait c'est totalement inutile, quand j'achète le produit, le contenant je m'en « fiche » ». Ce qui est fou c'est moi j'ai fait des études de marketing, donc je suis sans doute une des personnes les plus propices à comprendre l'attrait de l'emballage mais peut-être que suite à mon chemin de vie, je suis d'autant plus ouverte en me disant que c'est qu'accessoire, c'est juste de l'image et donc je peux laisser tomber, c'est juste des futilités. Donc ça a été un déclic et dès le lendemain on a décidé de se lancer là-dedans. Après moi j'ai la chance d'avoir un mari qui travaille dans l'environnement et qui est ouvert à ça aussi et donc quand je lui ai dit ça il m'a dit « oui on va tester, on verra ». Il est peut-être moins loin de ma démarche, comme c'est moi qui fait les courses etc. et il me dit parfois « ça on n'achètera plus jamais ? ». Par exemple, dernièrement pour les boîtes de thon, mon mari me dit « on va en acheter une, c'est pas grave, la boîte elle va quand même dans le sac bleu », moi je dit « on peut aller chez le poissonnier, il fait sa salade de poisson lui-même » et donc c'est une discussion, il faut trouver un compromis. Parce que sinon t'es vite dans un décalage à se dire « c'est jamais qu'une boîte en métal, c'est jamais que ceci » et puis ta démarche elle tombe à l'eau. On arrive à un moment où il y a eu la motivation de départ, où tu vois

visuellement très vite les effets positifs qu'il peut y avoir et maintenant on rentre plus dans un cycle de croisière et donc là il faut tenir bon ainsi. Je ne cède pas à la pression extérieure, je ne cède pas au fait de me dire que c'est jamais qu'un produit recyclable. Depuis que je fais mon blog, évidemment ça ouvre des débats, des discussions et j'ai des amis qui me disent « c'est quand même du papier, du carton ça se recycle » et donc j'explique qu'il n'y a que 30% réellement des déchets qui sont recyclés et donc les gens n'ont pas conscience de ça, ils croient que quand ils jettent l'emballage recyclable dans le sac bleu ou jaune, tout va repartir dans le cycle alors que non. Par exemple, j'ai un vieux chat et donc mon vétérinaire veut absolument que je lui donne une certaine nourriture, donc je suis passée à des sachets fraîcheurs Royal Canin et donc c'est chaque fois des sachets en métal qui sont pas recyclables. Les entreprises elles ne se posent pas la question de savoir ce que le déchet qu'ils créent va devenir. On est face à des mastodontes qui vont nous dicter la manière de faire, il faut les avoir dans la boucle pour qu'ils adhèrent mais après si c'est eux qui dictent les règles, comment va-t-on y arriver ? Moi je pense aussi que le zéro déchet c'est aussi arriver à changer le modèle capitaliste de consommation, de se dire aujourd'hui moi je vis mille fois mieux en consommant moins mais en consommant plus raisonné et je me sens beaucoup plus heureuse et en phase avec ma vie, mes valeurs, mes enfants, avec les choix que je leur apporte et quand je serai plus vieille, je serai fière de moi et je me dirai « moi j'ai fait ma part ». Moi je pense qu'il faut être dans une image positive et se dire qu'il y a encore un après, quand tu parles parfois avec certaines générations, ils disent mais y a pas, y a plus d'après, et ça c'est horrible. Ça change, je trouve que ça évolue bien, est-ce que c'est parce que je suis là-dedans, mais je me dis qu'il y a quelque chose qui bouge, qui se met en place.

Sur Bruxelles ou plus généralement ?

Au départ, le blog c'était focalisé Bruxelles puisque je voulais absolument que tout ce que je fais, c'est des choses que j'ai testé, que j'ai faites etc. Mais très vite, les lecteurs du blog sont plus larges que Bruxelles donc des gens me demandent des conseils en dehors de Bruxelles et exprime la difficulté qu'ils ont à pouvoir trouver du vrac. Au niveau des grandes villes, trouver des systèmes d'achat solidaire etc. c'est assez simple mais dès que tu sors dans des zones plus rurales, là c'est plus difficile et donc moi ce que je leur donne comme conseil c'est souvent de dire « faites vos achats qu'une ou deux fois par mois, quitte à faire plus de trajet », déjà moi à Bruxelles je ne fais pas plus de deux fois par mois mes courses. Je rationalise en me disant, je vais à Biovrac, c'est pas juste à côté, donc quand je sais j'y vais en vélo, mais si je sais que je vais devoir ramener des bouteilles d'huile, de vin etc. je vais y aller une bonne fois comme ça je rationalise mes trajets et en même temps je n'y vais que deux fois sur le moi et donc je suis tranquille donc c'est aussi ça, le gain de temps qu'il y a derrière le zéro déchet est très important.

Est-ce que le zéro déchet te fais gagner du temps ?

C'est vraiment énorme, c'est vrai qu'au début c'est difficile parce qu'il faut trouver ses repères, faut changer ses habitudes, très souvent les gens autour de moi ils vont une à deux fois par semaine au magasin et parfois même qui y vont tous les jours faire leurs petites courses et donc quand t'accumules toutes ces minutes passées dans le supermarché ça n'équivaut jamais au temps que moi je vais passer dans ma voiture pour aller à Biovrac et revenir. Quand je vais chez Biovrac, j'ai jamais de files, je vais droit au but alors qu'au supermarché, d'ailleurs on a fait ça en vacances on est allé au supermarché et on est sortis tétanisés de la file, du monde, de l'agression visuelle, mentale, c'est horrible. Quand je vais dans des magasins de vrac, j'y vais avec un objectif précis, j'ai ma liste et je me sens bien, c'est presque un moment de plaisir. Je ne vais plus jamais dans les magasins de vêtements mais j'ai pas ce

besoin. Moi quand je vais au magasin maintenant c'est pour les courses alimentaires, j'ai pas acheté d'habits depuis 9 mois, déjà on était pas des grands dépensiers, même pour mes filles, on n'a plus acheté d'électroménager etc. où si j'en achète c'est via seconde main et encore j'en ai même pas besoin. Tu vois on a encore un micro-ondes et c'est le grand débat à la maison est-ce qu'on garde/est-ce qu'on garde pas ? Mais de toute façon on s'est dit s'il casse on en achète plus. Y a plein de trucs on se dit est-ce qu'on en a vraiment besoin ? Pour le seconde main on trouve tout, il suffit juste de regarder et d'accepter d'attendre et tu seras tellement heureux d'avoir trouvé l'occasion du siècle que cet objet prendra une autre valeur à tes yeux moi je trouve, donc ça aussi c'est important de se dire je consomme, mais je consomme vers des objets dans lesquels j'ai vraiment une attache.

Problématique du coût ?

Le zéro déchet c'est aussi un élément important sur l'aspect financier, mon mari et moi on travaille tous les deux, actuellement moi je suis à mi-temps donc on a perdu une part de budget mais je me rends compte qu'on vit tout aussi bien et maintenant encore plus parce qu'on dépense encore moins. Mais en bout en de course, pour des gens qui ont des moyens financiers limités, le zéro déchet est une alternative. Je ne sais pas si tu as entendu parler de la ville de Roubaix, qui est vraiment une ville zéro déchet et les publics qu'ils intègrent dans le programme sont des publics plus précaires et eux ont vraiment compris l'essence, en fait en faisant du zéro déchet à la fois je reviens à la base de mon alimentation, de l'origine de l'aliment et je suis en contact direct avec les producteurs, y a le côté financier mais aussi social. Moi je n'ai jamais eu autant de contact social qu'en étant dans le zéro déchet parce que je suis obligée quand je vais dans un magasin d'exprimer ma démarche. La première fois c'est toujours un moment un peu particulier parce que je me dis on va me prendre pour une folle et ça ouvre le débat, on discute. Les commerçants ils me connaissent, ils connaissent la madame carabistouille, c'est la madame zéro déchet, c'est celle qui vient avec ses bocaux, au moins y a un contact qui se crée. C'est à la fois financier, social et surtout écologique.

Quel a été l'argument le plus fort pour toi ?

C'est sans doute avant tout l'argument écologique parce que nous on est fort là-dedans, mais maintenant ça devient aussi les valeurs sociales, les valeurs d'engagement, ça s'est élargi à ces différents critères. L'aspect financier pour moi est sans doute le moins fort parce qu'on est déjà des privilégiés, on travaille tous les deux, on a des salaires tous les deux, on a une maison, c'est plus accessoire. Mais c'est vrai que l'on a fait des gros travaux dans la maison donc je me dis que c'est pas mal si en plus on économise de l'argent.

Te considères-tu comme engagée ?

Politiquement je ne veux pas parce que je veux plus être engagée dans des mouvements citoyens. Je suis engagée au niveau de ma commune. Le fait d'avoir fait le blog, pourquoi je l'ai fait, c'est parce que moi j'ai fait des études de marketing et mon métier c'est la communication j'ai déjà une capacité à pouvoir exprimer peut-être plus facilement certaines idées, donc je me suis dit tant qu'à le faire, autant que ça serve à d'autres. Et moi-même, quand j'ai commencé, je me suis dit à Bruxelles y a pas beaucoup d'infos sur le zéro déchet, y a rien et donc je me suis dit si je fais moi la recherche, pourquoi ne pas le partager avec les autres. Derrière ça je me suis dit, comme je suis engagée dans plein d'autres choses, je vais aussi utiliser ces arguments zéro déchet pour m'engager ailleurs. Donc je m'engage dans ma commune, par exemple on est dans un contrat de quartier durable et moi là j'ai proposé mon aide en disant moi je veux m'investir en tant qu'ambassadrice propreté, je veux faire un

stand spécial à la fête du quartier pour expliquer ce que c'est le zéro déchet. Mais je le fais aussi au travers d'« Etterbeek en transition », par exemple j'ai été invitée à une conférence qui été organisé par « 1000 Bxl en transition » où j'ai expliqué mon expérience. Quand j'ai vu le nombre de personnes motivées, je me suis dit il faut qu'on fasse ça à Etterbeek et donc on va le faire avec la commune d'Etterbeek quelque chose en septembre/octobre pour discuter et suite à tout ces échanges que j'ai eu avec les gens de la commune, beh maintenant ils sont en train de réfléchir à devenir une commune zéro déchet et donc c'est ces petites graines que je sème, je me dis qu'elle ont sûrement des conséquences et si elles grandissent tant mieux et puis sinon c'est pas grave. Au travers du zéro déchet et du blog c'est ça aussi que j'essaie de faire, et t'as des gens qui m'écrivent des mails et je prends le temps de leur donner mes réponses mais chacun peut créer ses réponses, sa manière de faire. Maintenant je fais une chronique pour La Libre Belgique, y a pas mal de commentaires qui sont apparus, je sais que dans les médias comme ça, ça génère beaucoup de trucs, c'est très rigolo parce qu'il y a eu des réactions de gens qui ne comprennent pas du tout la démarche, mais tout les gens qui me suivent, beaucoup ont défendu le zéro déchet. N'empêche je pense que le zéro déchet on touche aussi au changement et oui c'est aller dans des retranchements qu'on connaît pas mais je crois que l'être humain n'est pas prêt au changement maintenant avec tout ce qui se passe dans le monde, je crois que les gens prennent conscience. Mais c'est rigolo parce que je recroise des amis ou des gens avec qui j'ai parlé de mon expérience, qui étaient peut-être un peu sceptiques et ils reviennent vers moi et me disent « tu sais maintenant j'ai mis en place un compost », même toutes les petites choses qui sont faites, c'est déjà une première étape, je suis sûr qu'après quand tu rentres là-dedans c'est impossible de faire marche arrière parce qu'on éveille quelque chose, peut-être dans l'inconscient

Est-ce que le zéro déchet entraine le minimalisme ?

Pas directement, pour ça moi j'avoue, donc j'ai lu le livre de Béa Johnson évidemment, elle ça fait maintenant 8 ans qu'elle est là-dedans et j'avoue que parfois c'est l'extrême, c'est son choix mais moi aujourd'hui, je ne suis pas sûre d'aller jusque là, quand je vois son intérieur de maison, c'est pas moi, mon mari est fou de BD, on les supprimera pas, parce que c'est aussi l'éducation qu'on donne à nos enfants, on a envie qu'elles aillent vers ça et donc non je n'irai pas les supprimer. Par contre, c'est vrai qu'en diminuant la quantité de choses, les doublons, le fait d'avoir quatre ou cinq fois la même chose, ça facilite le nettoyage, nous on a pas une maison surchargée donc ça c'est pas négligeable.

Quoi qu'on fasse nos vies sont attachées à des objets, depuis l'enfance on s'identifie au travers des objets donc rien que le doudou pour l'enfant, maintenant c'est une coutume alors je crois que si on se limite aux choses qui sont essentielles dans notre vie, qui nous apporte quelque chose, qui sont nécessaires c'est déjà bien mais je trouve que le minimalisme va encore plus loin et je me dis c'est un peu monotone. Peut-être qu'en bout de course j'y arriverai parce que moi ce que je fais dans ma garde robe par exemple, j'ai identifié les choses que je ne mets jamais, je les ai mises en-dessous mais je suis pas prête à les jeter parce que je préfère les mettre dans mon grenier. Je crois que je garde une attache aux choses parce qu'elles ont une histoire, elles relatent quelque chose, moi j'aime les vieilles choses. Pour moi le fait qu'un objet ait vécu ailleurs, notre maison c'est une vieille maison qu'on a racheté et la cave débordait de plein de choses mais j'ai fait un premier tri, y a plein de trucs que j'ai gardé, je ne les jetterai pas même si en bout de course est-ce que c'est nécessaire d'avoir la manne à déguisements avec les jouets d'enfant ? Le minimaliste il dirait « non ça n'est pas nécessaire ». Après moi ce que je me dis dans l'aspect minimaliste, c'est que je suis en famille et quand tu as cette démarche du zéro déchet c'est différent d'être en famille que seul parce qu'il faut être ensemble, moi c'est une question de discussion avec mes enfants, c'est moi aussi me remettre dans mes propres retranchements en me

disant « Ce que je fais là est-ce que c'est réellement nécessaire ? Est-ce que ça a du sens pour mes enfants ? » donc c'est se poser beaucoup de questions. Mais je suis convaincue qu'un enfant a cette capacité de changement qui est tellement forte et si on le fait maintenant avec les enfants c'est pour demain qu'on leur offre les clés, qu'ils garderont pour toujours.

Le zéro déchet est-il une forme d'anti-consommation ?

Oui et non. Oui c'est un peu anti-consommation parce que quand je vais me retrouver face à un produit dont j'aurai besoin pour une recette et que je ne le trouve pas en vrac ou sans emballages, beh je vais me dire « je ne l'achète pas parce qu'il y a un emballage ou parce qu'on me le donne pas sans emballage » donc là oui, y a une anti-consommation. Mais pour moi dans le terme anti-consommation, il y a un terme revendication et de dire « je ne consomme pas parce que c'est en dehors de mes valeurs, parce que je veux montrer que ce produit est néfaste etc. » oui indirectement ça va avoir cet effet là. On est encore dans cette question où parfois on n'a pas encore trouvé des solutions, il y a des produits qu'on consomme et dont on sait pas se passer : le lait. On n'a pas trouvé de solutions aujourd'hui sans déchets. Des gens m'ont dit qu'il y avait des consignes, donc la laiterie de Liedekerke ils font des bouteilles de lait consignées, problème le lait est non bio pour moi c'est au dessus de mes valeurs, mes valeurs sont d'abord du bio parce que je sais trop l'importance d'avoir du bio dans la consommation de produits laitiers donc là dans ce cas là nous on choisit le bio même s'il y a déchet.

Quel type de déchet ?

C'est des Tetra briks, c'est déjà mieux que rien. Dans notre groupe d'achats solidaires, on a un groupe d'achats solidaires légumes et puis on a créé un groupe d'achat Super GAS donc t'as des produits laitiers, t'as les pommes, les champignons et mon producteur de lait fait des poches plastiques donc moi je me sens mal parce que j'aime beaucoup ce producteur, ses produits sont excellents mais y a du déchet. Donc je l'ai contacté pour trouver une solution et lui faisais de la consigne, il le fait toujours pour ses yaourts, mais pour les bouteilles de lait ça posait problème parce qu'elles étaient vite cassées, difficile à nettoyer mais il est ouvert à ce qu'on en discute. Je sais qu'il y a des réflexions qui se font avec Jean Bouteille, peut être qu'à terme il y aura des solutions comme celle-là mais là c'est question de dire « j'attends un peu », c'est pas pour autant que je ne consomme plus son produit et on prend deux poches par deux semaines, alors oui j'ai ça pour le moment dans ma poubelle mais je perds pas espoir de trouver une solution. Les gens me disent que je peux trouver à l'extérieur de Bruxelles mais alors je ne veux pas, je me dis est-ce que ça a du sens d'aller chercher tous les deux jours mon lait frais, prendre ma voiture ?

C'est peut-être là qu'il y a une différence avec les personnes habitant dans des zones rurales, elles trouvent plus facilement ces produits.

Quand je parle avec des gens qui sont plus dans des milieux ruraux, c'est ça qu'ils me disent, on trouve pas le vrac mais nous c'est depuis toujours qu'on prend des produits en direct de la ferme. Eux ont peut-être moins accès à certains produits mais nous en ville aussi, y a certains produits qu'on a plus difficile. Peut-être par le fait de manque de contact avec la nature, le bruxellois ou en tout cas les grandes villes ont réfléchi à des alternatives de comment amener la ville chez eux ou des produits de qualité chez eux au travers des groupes d'achats solidaires, de magasins comme celui « 100% belge », y a des alternatives qui se créent pour recréer ce contact direct avec le local, le petit producteur du coin. Moi aujourd'hui c'est essentiel de me dire le produit que j'achète je dois savoir d'où il vient,

c'est important parce que je dois comprendre comment il a été fait, qu'est-ce qu'il a comme conséquences sur ma vie et sur les gens qui le produisent. Il y a tout l'aspect éthique aussi et ça c'est très difficile comme question, jusqu'où on va dans l'éthique ? On dit « prenez du chocolat équitable » mais même l'équitable on est pas toujours sûr de savoir ce qui se passe, donc moi je vais plutôt chez mon petit producteur de chocolat qui me donne mes chocolats en bille mais c'est vrai qu'il n'assure pas un chocolat équitable. Après c'est compliqué, dans le zéro déchet il y a aussi un élément essentiel qui est arrivé à se mettre aussi une limite « quelles sont mes limites ? et jusqu'où suis-je prêt à aller ? », il faut pas non plus que ça me prenne la tête non plus, si à un moment ça devient un casse-tête et que tu deviens fou, moi je veux le vivre avec sérénité et j'ai pas envie d'être tout le temps en train de me dire « est-ce que c'est bien ce que je fais là ? » et je sais qu'en ayant mon site, je suis d'autant plus exposée et les gens à me titiller. Je me sens encore plus dans l'obligation de ne pas faire de faux pas, tu te sens plus vite dans le jugement mais quand tu décides de faire un blog, tu es d'autant plus dans le risque du jugement et de devoir répondre à des questions qui sont parfois très sensibles où moi je suis encore dans un cheminement et il y a plein de choses où je n'ai pas de solutions. J'attends aussi que les autres m'apportent cette information-là. Quand j'ai eu un article dans le DH, j'étais très contente parce que ça va toucher un public très différent parce que c'est ça aussi le danger, à un moment donné on est dans un cycle de personnes qui ont les mêmes valeurs, objectifs et tu touches pas à côté. Les GAS c'est ça la grande faiblesse, moi j'étais dans les premiers GAS qui étaient créés, ça fait 10 ans que je suis dedans et on s'est beaucoup posé la question de comment on peut toucher un public plus précaire, plus social, plus culturel, on avait réfléchi à faire un GAS social par exemple mais on s'est rendu compte qu'il y a la fracture numérique qui existe et nous avec des moyens électroniques mais souvent quand t'as des moyens précaires c'est pas la base, t'as pas de PC, t'as pas d'accès à Internet etc. donc comment rester en lien ? Il faut réfléchir en se disant que peut-être moi j'ai déjà un chemin très long dans cette démarche là mais d'autres sont vraiment aux balbutiements et comment les sensibiliser, pour toucher un public plus varié.

On s'est engagé dans cette démarche de recyclage, est-ce qu'il n'aurait pas fallu aller dans l'autre sens ?

Est-ce que l'essence même n'était pas plutôt de dire on diminue les déchets déjà à la base et si y a encore des choses éventuellement on fait du recyclage. Je crois que c'est de nouveau la question économique et sociale liée aux gros mastodontes, si tu dois mettre la pression aux grosses industries, de réfléchir en amont à comment on fait avec les déchets c'est catastrophique. Eux ne voient que cet aspect capitaliste, consommer consommer pour que l'économie aille mieux et moi je trouve qu'on consomme mieux en déconsommant, en réfléchissant plus. Moi je suis convaincue qu'en revenant à la consommation locale, refaire vivre les petits producteurs etc. on va y arriver mais c'est un changement profond de mentalité. Et alors t'as les gens aussi qui disent « si tout le monde commence à consommer bio, si tout le monde va aux petits producteurs, est-ce qu'on aura assez de nourriture ? » parce qu'ils croient que la solution c'est l'industrie et en bout de course on mange de la merde. Quand je regarde tous ces produits, je me demande comment on a pu aller aussi loin sans se poser de questions. Si on change de mentalité de consommation, il faut accepter qu'on a tous un rôle à jouer, on peut pas continuer à consommer comme aujourd'hui, aussi bien le producteur que le consommateur, que les industries doivent changer leurs manières de produire, de consommer et si on fait ça, ça marchera. Mais moi je suis une optimiste de base, même si je suis moi toute seule, je le fais parce qu'il y en a sans doute d'autres qui le feront aussi et même si on est que 10 ou 15 c'est déjà ça. T'as d'autres gens

qui disent « qu'est-ce que ça va changer ? » si tu pars toujours dans cette vision négativiste, on ne changera rien alors c'est catastrophique, moi je ne peux pas imaginer le monde comme ça.

Etterbeek fait partie du projet pilote de sac orange. Qu'est-ce que tu en penses, tu y participes ?

Ils ont commencé par Etterbeek le projet pilote de base et puis ils ont élargi à plusieurs communes mais ce qui est juste fou c'est que les gens n'ont pas conscience, c'est déjà une étape de dire on va mettre notre sac pour les déchets organiques comme ça on verrouille le problème mais ils n'ont pas conscience qu'en bout de course c'est quand même 120km que le camion il fait pour aller déposer et donc si on augmente encore plus ça, ça va être combien de camions qui vont partir ? Et en même temps, oui ça fait de l'énergie mais est-ce que dans la gestion des déchets organiques il faut pas d'abord réfléchir à est-ce que je peux faire un compost, est-ce qu'il n'existerait pas un compost de quartier, est-ce qu'on pourrait pas en créer un avec les voisins ? Et puis je n'ai pas d'autres solutions, oui je vais vers ces sacs là mais c'est dans l'extrême solution parce que là-dedans par exemple, tu peux mettre tes essuie-tout et tes machins, donc de nouveau c'est un peu je donne mon déchet et je me pose pas la question d'où il va. Il faut d'abord réfléchir à l'amont, si on ne réfléchit pas en amont comment peut-on faire ? L'être humain essaie toujours de trouver les solutions pour combler un problème plutôt que de regarder à la base. L'être humain va d'abord réfléchir à l'après, qu'est-ce que technologiquement on peut faire pour résoudre le problème plutôt que de se dire que le problème il a une source, est-ce qu'on ne travaillerait pas à la source ? Donc le sac orange je ne le prends pas parce que on a deux choses, on s'est investi dans un projet de jardin collectif avec un compost, à terme il y aura des poules. Je crois qu'il faut prendre en charge la force humaine qu'on a tous au fond de nous pour créer ça, alors oui ça demande de l'énergie, oui on est tous débordés mais je crois que si on coupait sa télé plus souvent le soir et qu'on réfléchissait. Je ne regarde plus jamais la télé, je préfère investir ce temps dans gérer mon blog ou aller dans des réunions de ma commune pour défendre des idées, des idéaux, c'est mon choix et tout le monde a cette capacité-là, si on veut que demain soit différent. Je crois qu'on s'enferme souvent dans « ça sera pas possible, j'ai pas le temps etc. », c'est trop facile de dire j'ai pas le temps, je ne veux pas, les gens font ça pour se décharger. Il faut arriver à faire des choix, c'est ce que nous on fait avec le zéro déchet, à un moment donné on a pris un choix et je m'en porte pas plus mal, je suis même bien plus heureuse qu'avant. T'as plus cette attache à l'objet, aux besoins, mes besoins c'est mes besoins primaires, c'est être avec mes filles, profiter des instants que j'ai avec elles, je me rends d'autant plus compte de la chance que j'ai d'avoir des enfants, je dis souvent j'ai la chance d'être en bonne santé mais si je suis en bonne santé c'est parce que je me nourris bien.

Quels moyens sont les moyens techniques mis en œuvre ?

C'est juste l'organisation et faire des choix.

Tu utilises des sacs en tissu et des bokaux ? Tu utilises toujours du plastique ?

Oui. Alors ça j'en ai mais au fur et à mesure on les liquide parce qu'ils se dégradent et à partir du moment où ils se dégradent je vais les mettre à la déchetterie, c'est un peu dommage mais ils sont pas réutilisables. Le Tupperware tu pourrais rentrer dans un cycle d'échange, je l'ai pas encore fait mais je les garde pour le moment sur le côté et tu peux les donner et ils les réutilisent dans le cycle de production de leurs propres Tupperware mais j'ai pas encore fait le test, j'attends d'en avoir plusieurs. Au plus j'avance là-dedans, au plus je me dis le plastique, même ça, je vais l'éviter. Mais sinon je n'ai pas acheté beaucoup de choses pour mon set de départ. J'ai acheté une seule fois un set de sac en tissu

et très vite j'ai fait moi-même mes sacs, je suis très manuelle, je fais pleins de trucs de moi-même donc j'ai une machine à coudre et il y a pleins d'alternatives qui existent. Par exemple, dans nos GAS, il y a du pain, on a discuté, à chaque fois on reçoit des sacs en papier et j'ai dit que moi ça me posait problème et on lui a dit si on venait avec nos sacs en tissu chacun avait deux sets qui tournent et elle a dit donc on va faire avec le GAS, ils vont venir chez moi, dans mon atelier et on va faire deux soirées où l'on va faire nos sacs et donc il y a quelque chose de convivial là-dedans. Donc je trouve que c'est facile, moi ça m'a pas demandé beaucoup d'énergie. Les bocaux j'en avais beaucoup chez ma maman et j'en avais chez ma belle-mère aussi, et puis j'en ai trouvé en seconde main quand j'ai été à « La Poudrière » où des choses comme ça. J'en ai acheté au tout début un petit peu chez Ikea parce que là il y avait juste une feuille de papier, pour voir s'ils étaient de bonne qualité mais maintenant c'est d'office des secondes main que j'achète. Le seul truc c'est que je dois retrouver des caoutchoucs mais je trouve ça chez « Dille & Kamille » par exemple. Tu trouves tous les prix parce que c'est vrai que chez Ikea, tu sais en acheter mais je crois que c'est plus cher que si tu les achètes à l'unité chez « Dille & Kamille », parce que je fais attention à ça, il y a un moment où parfois le vrac peut aussi être un peu à la mode quoi et donc y a des vracs très chers et y a des vracs moins chers. C'est aussi une analyse, je sais où je dois acheter, où c'est moins cher, par exemple si je dois acheter mes noix je vais d'office aux Tanneurs parce que je sais que c'est le moins cher et j'achèterai un gros bocal de noisettes, noix de cajou etc. Pour d'autres, chez « Chyl » ils ont des trucs moins chers que d'autres où je trouve des trucs spécifiques je ne trouve pas ailleurs mais c'est vrai que j'ai 3-4 magasins, j'allais parfois chez « Farm » mais c'est vraiment « the place to be », c'est pour les bobos, sans aucune critique, je me considère aussi comme une bobo mais c'est l'objectif « pognon » et donc ça me pose aussi question, alors je peux comprendre parfois les gens qui m'interpellent en me disant « le vrac c'est cher », et donc ça nécessite aussi de chercher et c'est un article que je veux faire : un comparatif du vrac, ça prend du temps les 3 premiers mois d'identifier là où c'est moins cher et où est-ce que tu trouves ceci et cela. Actuellement, je me rends compte que tout ce qui est produits d'entretien, je fais déjà une partie moi-même, tout ce qui est savon, produit de douche j'ai pas encore fait moi-même mais je me rends compte que j'avais une compulsion d'achat au niveau des shampoings que je me dis ça fait maintenant 9 mois que j'ai démarré et j'en ai encore pour je ne sais pas combien d'années. C'est là où tu te rends compte de la dégradation, comment j'ai pu acheter différentes sortes de shampoings, évidemment dans ma démarche zéro déchet c'est je garde, je termine ce que j'ai plutôt que d'aller jeter. Y a des trucs où je me sens plus mal, j'ai retrouvé des sprays nettoyeurs qui sont toxiques et là je les amène à la déchèterie. Aujourd'hui on est dans de la force citoyenne qui est le gratuit. Quand tu vois les repairs cafés, je trouve ça génial mais c'est vrai que si ces repairs cafés étaient payants, ça permettrait peut-être de payer des gens qui font ce travail, moi je suis prête à payer pour qu'on me répare certains objets mais aujourd'hui c'est même plus possible.

Principaux lieux fréquentés liés au zéro déchet

Moi pour le compost j'ai mon jardin et j'ai un compost collectif derrière chez moi qui est à Etterbeek, c'est le parc Beauport. Quand j'ai du compost c'est plutôt dans mon compost que je vais le mettre, si je vais au jardin collectif, je mets toutes les fanes dans le compost collectif donc c'est pour ça que je jongle avec les deux. Si maintenant j'ai une affluence trop importante de légumes, j'irai plutôt le mettre dans le gros compost parce que ça va plus facilement se dégrader que dans ma petite compostière. Après pour tout ce qui est alimentaire, je vais dans 4 magasins principaux : il y a « les Tanneurs », j'achète certains fruits ou légumes que je n'ai pas dans mes paniers, j'y achète essentiellement mes produits comme les noix, sinon les pâtes, féculents, la farine. Après je vais chez «

Chyl », c'est celui que j'utilise le plus souvent, j'achète tous mes vracs, les corn flakes des enfants, des pâtes, apéritifs. Je fais aussi mon pain et aussi tous les biscuits de mes enfants. Tu peux aller jusqu'au zéro déchet mais après il y a aussi un niveau de zéro déchet, moi je préfère faire mes cookies moi-même donc j'ai besoin d'avoir de la farine et donc la question de comment on gère ça, j'ai besoin de bicarbonate mais par exemple pour les cookies je suis encore avec les sachets de levure, ils sont en papier donc ils peuvent aller au recyclable. Quand je sais que je ne trouve pas d'alternatives, j'essaie de le trouver en grand contenant, c'est ça l'idée, moi je serai prête à acheter de la farine en 10kg. Je vais aussi chez « Biovrac », j'achète de l'huile en vrac, de la moutarde en vrac, ils ont des trucs que tu trouves pas partout, ils ont aussi du vin en vrac. Et j'ai fait une découverte récente qui est « la Grainerie » qui est à Ixelles, eux c'est vegan à 100%, ils font aussi du vin, de l'huile en vrac, ils ont aussi le tamari par exemple, ils ont tout ce qui est graines, condiments, des épices. Ça c'est les magasins où je vais de manière très régulière. Il y a un autre magasin où je vais chez « Bioplanet » près de Zaventem, je vais chez eux plus pour mon papier toilette, pour mes cartons de lait, mes yaourts en consignes et alors j'achète parfois à leur service traiteur. C'est une question de facilité mais au niveau éthique j'ai une petite douleur mais le problème c'est que dans les magasins bio pour trouver du papier toilette qui est accessible financièrement ou qui est même qualitatif.

Tu as aussi le problème du plastique qui entoure le papier toilette ?

Pour le papier toilette ça oui, pour le lait ce que je fais c'est que j'enlève le plastique et je le laisse sur place. Et pour les yaourts, j'essaie de les trouver aussi en magasin bio mais ils sont plus chers et donc quand j'y vais, j'y vais une fois par mois au « BioPlanet » et je vais droit au but.

A quelle fréquence ?

J'y vais une à deux fois par mois, ça va vraiment dépendre, par exemple ici, Biovrac je sais que demain je vais y aller alors dans ce cas là, c'est là que je ferai mes achats de noix si j'en ai plus, je vais prendre ce que je trouve mais il se peut qu'un autre jour je dois aller aux Tanneurs et c'est là que j'achèterai mes noix et mes pâtes. Chyl j'y vais parce que j'ai besoin de corn flakes et quand j'y vais je sais que je vais acheter d'autres trucs. Ça c'est un autre problème, dans certains magasins, chez Chyl, Biovrac, la Grainerie au niveau du tarage des bocaux c'est super simple. Biovrac c'est le plus simple parce qu'à l'entrée il y a une balance, tu mets ton sac, ton bocal, tu colles une étiquette tu gardes toujours dessus. Chez Chyl tu dois peser avant ton sac, tu notes à la main le grammage et c'est au moment où ils vont peser qu'ils vont retirer le tarage. Pour la Grainerie, ils font comme ça mais ils ne savent pas faire avec leur balance, donc ils font avec des poids et comme ils ont pas grand monde ça marche. Par contre les Tanneurs, ça c'est super problématique, tu ne sais pas tarer à l'avance tes sacs et à la balance ils ne savent pas tarer non plus donc moi ce que je fais c'est que les fruits je les mets tous dans un sac unique, pour mes noix j'accepte de perdre 20g. Donc idéalement il faut prendre les sacs les plus légers aux Tanneurs mais moi je m'amuse pas à faire ça mais ça me fait un peu râler.

Par rapport à ces différents lieux, tu as l'impression de faire plus de kilomètres ?

J'ai pas l'impression d'en faire plus, surtout qu'en plus depuis que je fais ça je suis encore plus en vélo parce qu'avant quand je faisais mes courses chez Colryut je prenais la voiture, parce que je faisais mes grosses courses. J'y vais en vélo aussi parce que c'est pas facile de se garer chez Chyl. Y a que aux Tanneurs où l'on va généralement en voiture parce qu'on sait qu'on va revenir avec plus. Ce qu'on essaie de faire aussi c'est que par exemple, je sais que demain je dois aller au centre ville, je vais prendre la voiture parce que j'ai un timing très court mais comme ça je vais faire un crochet par chez

Biovrac en revenant comme ça j'aurai rationalisé mes trajets donc je suis beaucoup plus pro-active dans la manière dont je vais m'organiser. Ça m'arrive plus d'aller dans un magasin pour chercher juste un truc, il faut que je sois organisée, si je n'ai pas mes sacs, je ne peux pas y aller et je ne peux pas aller n'importe où donc je m'en passe.

Tu fais aussi partie d'un GAS ?

Ça c'est situé à Etterbeek (rue Gray), ça c'est mon super GAS c'est une fois toutes les deux semaines et donc là j'ai mes produits laitiers, j'ai les pommes, poires et je vais avoir les fruits rouges qui vont commencer à arriver. Je ne prends pas mes pâtes fraîches parce que le contenant est en plastique et c'est trop compliqué pour la personne de faire différemment. Il m'est arrivé d'acheter de l'huile mais c'est un bidon de 5L et je tiens une année avec ça par contre je me suis demandée ce qu'on allait faire de ce bidon et à mon avis je vais trouver une idée originale pour l'utiliser. J'essaie aussi de faire ça, quand j'ai un produit qui m'arrive, par exemple pour mes cheveux j'utilise du gel, j'ai essayé plusieurs choses mais ça ne va pas. Le seul truc que j'ai trouvé c'est dans une boîte en métal qui sera réutilisable en boîte à savon quand on part en voyage par exemple, donc voilà je réfléchis de cette manière là si je ne sais pas faire sans. L'autre GAS ça se situe rue Philippe Baucq, à Etterbeek, là c'est mes légumes et les pains. On achète un pain généralement et on fait tout le reste des pains nous-même. Sinon je fais mes biscuits, il m'arrive d'acheter des spéculos aux Tanneurs parce que je n'arrive pas à bien les faire. Et avec tout ça j'ai tout ce qui me faut pour vivre, j'ai pas besoin de plus. Le cacao on en trouve du maigre et ça le cacao j'achète encore de temps en temps au Bioplanet mais alors j'achète le Fairtrade avec l'emballage en carton et comme ça je peux le mettre au recyclage. On aimerait bien trouver du cacao sucré parce que non sucré c'est très amer pour les enfants ça va pas.

Cuisines-tu plus ?

Oui beaucoup plus, ça c'est sûr. On cuisinait déjà parce qu'on avait nos légumes et qu'on est pas des grands consommateurs de restaurants, mais en même temps quand on va 2 fois par mois au restaurant c'est déjà beaucoup. On cuisine déjà beaucoup les légumes et moi je fais les pâtisseries, on fait la pâte à pizza, la pâte brisée, on attend l'été avec impatience pour acheter 2-3 caisses de tomates et on va faire nous-même notre sauce tomate. Après je suis obligée de faire des pâtisseries toutes les deux semaines, je fais une tournante on a plus ou moins 4 ou 5 sortes de biscuits disponibles en continu et donc je vais une fois faire des rochers au coco, des cookies en variant, ce que je fais parfois aussi c'est des biscuits aux flocons d'avoine, des muffins etc. et je varie pour avoir toujours 4 trucs. Je fais aussi parfois des madeleines mais le problème c'est que j'ai essayé de faire des grosses quantités et ça sèche très vite donc je suis obligée de les faire plus souvent. Je fais aussi moi-même mon granola, j'achète les flocons d'avoine donc j'achète plus de corn flakes pour moi, excepté les corn flakes pour les filles.

Par rapport à la vie sociale ? Choix compliqué ?

Beaucoup se prennent au jeu, suivent mon initiative mais de nouveau est-ce que c'est parce qu'on est des personnes engagées et qu'autour de nous nos amis sont aussi dans ces valeurs. On a tendance à inviter des gens manger à la maison régulièrement et dans ce cas là les gens veulent avoir une intention et il faut être vraiment vigilant à ce niveau là. J'ai déjà dit à mes amis plus proches « est-ce que ça vous dérange de reprendre vos déchets ? », les gens comprennent, ils font attention et c'est chouette parce qu'ils se prennent au jeu, ça permet une discussion et donc je ne crois pas que ça ait limité ma vie sociale.

Est-ce que vous arrivez à vous rapprocher de zéro déchet ? Comptabilises-tu la production de déchets par mois/an ?

Oui je les comptabilise et pour le moment on est passés au niveau de la poubelle blanche, la première fois c'était après 1 mois et demi mais c'est une poubelle de 80L, à un moment donné on est obligé de la jeter parce qu'elle pue. Et pour les poubelles bleues c'est aussi tous les mois et demi mais j'espère qu'on va passer à deux mois. Ici j'ai encore des trucs où il y a encore des résidus de déchets mais c'est vrai que c'est limité, de plus en plus limité, parce qu'il y a avait des trucs qu'on avait acheté par le passé. Les papiers ça c'est le problème, on les sort une fois par mois, je trouve que c'est trop mais mes filles dessinent beaucoup, on récupère les feuilles du bureau, elles les ramènent de l'école donc elles consomment beaucoup de papier et ça m'embête beaucoup mais donc je suis loin du zéro déchet mais on va y arriver, mais c'est un travail de long terme parce que j'ai pas encore trouvé d'alternatives à tout et dans la poubelle bleue par exemple c'est plus que mes Tétra Brik et exceptionnellement une boîte de conserve qui resterait d'avant.

A quel poste tu as vu une grosse différence ?

Nous on avait déjà dégagé le problème du compost parce que ça fait presque 2 ans qu'on en fait donc j'ai pas senti une différence notable mais ce qui fait la différence c'est vraiment tous les papiers plastiques. Ce qui reste encore c'est par exemple quand on achète du fromage en tranches, y a du plastique autour je le mets dans ma poubelle tout venants, les trucs de mon chat, y a éventuellement des petits jouets plastiques qui se cassent, un bic etc. c'est essentiellement ces choses là qui font que la poubelle grossit. Au niveau du verre, on a de moins en moins, on a aussi des vins qui sont dans notre cave donc au fur et à mesure on les enlève mais je garde les bouteilles pour acheter du vin en vrac à terme et alors quand j'achète des bocaux, l'autre jour j'ai acheté un bocal de mayonnaise parce que le bocal était très grand et comme ça je le garderai. Je crois que la prochaine poubelle, je vais noter, je voudrais faire un bilan après 9 mois pour évaluer qu'est-ce que j'ai trouvé comme alternatives, qu'est-ce qu'il y a encore.

Je constate que le public est plus féminin. Qu'est-ce que tu en penses, tu l'as remarqué ?

Je crois que la femme est plus apte à changer, moi je suis convaincue que la femme est beaucoup plus dans un esprit de changement, de réflexion et l'homme est plus dans son quotidien et il ne se pose pas les mêmes questions. Après il y a l'aspect c'est la femme qui fait souvent les achats, qui gère l'aspect ménager. Depuis que je fais le zéro déchet, mon mari ne fait plus jamais une seule course. Comme le blog, c'est beaucoup plus féminin, de nouveau je crois que c'est cette question, les femmes ont besoin d'échanger, de discuter, de partager, un homme est plus dans un esprit fermé.

Les monnaies locales, complémentaires ce sont des alternatives qui t'intéressent ?

Oui j'aimerais bien moi. A Etterbeek en transition on a abordé le sujet dans le cadre du contrat de quartier durable mais je crois que c'est prématuré, mais on aimerait. Il y a eu à un moment, un projet à Bruxelles mais ça ne marche parce qu'en fait c'est très limité. Nous on voulait mettre notre GAS par exemple là-dedans mais en bout de course ça n'a pas pu. L'accessibilité à la monnaie posait problème mais je serais preneuse, je trouve ça tellement logique, tout ce que je consomme c'est local, je ne m'éloigne pas plus de 5km de chez moi quand je fais mes courses.

Tu es propriétaire, par rapport à tout ce qui est économie d'énergie, alternatives plus « durables » est-ce que c'est des choses que vous avez mis en place ou que vous voulez mettre en place ?

Comme on a une vieille maison, il y a 2 ans maintenant on a démarré un cycle de rénovation et à ce moment là on était pas encore dans le zéro déchet donc on n'est pas dans une maison zéro déchet mais on a quand même énormément pensé à l'utilisation des matériaux, tous les matériaux de la maison ont été réutilisés, quand on avait des déchets à évacuer, on a pas fait du tout-venant, on a veillé à ce que ce soit du bricailon et puis tout ce qui était valorisable a été valorisé. On a réutilisé notre citerne d'eau de pluie pour notre toilette et notre machine à laver. Au niveau énergétique, partout on a du LED. On a utilisé des matériaux écologiques, dans la maison on a de l'argile par exemple, pour notre isolation de façade arrière on a utilisé de la fibre de bois et de l'enduit naturel. Ici on fait le jardin, on a des murs tout autour du jardin, on va les garder tels quels. Pour moi c'était logique qu'une maison de ce cachet là soit réutilisée comme ça. Et au niveau énergétique on a évidemment acheté une nouvelle chaudière, on a veillé à ce que ce soit une chaudière basse énergie et on a mis un poil à bois, on veille à ce que le bois provienne du plus proche de chez nous, c'est du bois de la forêt de Soignes, on sait d'où vient notre bois et évidemment on allume le chauffage que quand c'est réellement nécessaire et c'est maximum 19°C. comme on a tout fait en écologique avec l'argile, la qualité de l'air est magnifique, cette maison est super respirable, c'est agréable. Evidemment le grenier est isolé, on a utilisé du liège au sol, on a isolé les sols de la cave, on a veillé à ce que se soient des produits respectueux de l'environnement, c'était aussi très important. On a veillé à ce qu'il y ait le moins de déchets possibles mais, quoi qu'on fasse, une rénovation ça génère des déchets.

Pour l'occasion, tu fais comment par internet ou dans des magasins ?

Les deux. Je vais beaucoup sur « seconde main.be » et « Kapaza.be » parce que tu trouves plein de choses que tu ne trouves pas en seconde main. Si je vais dans des magasins, je vais évidemment « aux petits riens » à Ixelles ou je vais de temps en temps à « la Poudrière » et au centre-ville.

J'ai l'impression qu'il y a eu une explosion autour de ce concept de zéro déchet et vous êtes beaucoup à me parler de la conférence de Béa Johnson. Pourquoi cette femme inspire autant de monde ?

Elle a su mettre les bons mots à mon avis. Moi ce qui m'a beaucoup motivé c'est quand tu la vois. Pour moi il y a deux modèles, il y a ceux qui le font depuis toujours et qui sont considérés comme les bobos altermondialistes et t'as des gens comme Béa Johnson et tu te dis qu'elle y arrive donc je crois qu'elle a parlé à plus de monde, même si on fait la même chose que ceux que je viens de dire avant, elle l'a amené sous un autre angle et donc avec les bons mots, les bonnes clés. C'est aussi ça que j'essaie de faire avec mon blog c'est de montrer que par des toutes petites choses on y arrive et il faut faire un truc à la fois et alors là tu peux toucher d'autres gens et ça crée ce boom. La famille zéro déchet française aussi, tu vois que c'est des gens cools. Par contre Béa Johnson, excepté son mari qui s'est reconverti par après, elle n'était pas « écolo » et donc je crois que c'est ça aussi qui fait que peut-être à un moment donné ça fait une résonnance différente par rapport aux autres. Elle ne vient pas de ce domaine là, elle avait un mode de vie complètement à l'opposé avant donc c'est un bon exemple. Elle est sans doute tombée au bon moment aussi, je crois que c'est aussi une question d'instant, quand on voit le nombre films qui se créent maintenant autour de la thématique de l'environnement.

Entretien n°6 : Sophie, jeudi 19 mai 2016, de 17h30 à 19h

Age : 34 ans
Formation : Master Juriste
Emploi actuel : juriste
Famille : En couple
Domicile : Molenbeek, locataire
Zéro déchet : novembre 2015 – 7 mois

Qu'est ce que le zéro déchet pour vous ?

En fait pour nous c'est les nouvelles habitudes de vie qu'on a prises. A ne plus rien acheter qui soit emballé. On n'est pas du tout au zéro déchet total. En fait depuis le mois de novembre on a rempli deux poubelles de 60L. Mais en fait maintenant on fait beaucoup moins souvent les courses, on va simplement une fois par semaine au biomarché des Tanneurs dans les Marolles et en fait là on trouve pratiquement tout. Tout ce qui est légumes et les paquets de céréales et tout ça et donc au niveau alimentaire on a plus d'emballages. Et tout ce qui est dans la salle de bain, niveau cosmétique, ça bon il y a encore quelques trucs que ça on ne sait pas éliminer mais en fait c'est surtout pour les petits trucs de la vie, enfin de la vie quotidienne mais que tu dois pas acheter tous les jours. Je ne sais pas je pense par exemple des ampoules des trucs comme ça. Y a des trucs c'est impossible mais sinon c'est vrai qu'en vrac, tout ce qui est alimentaire et cosmétique, à Bruxelles en particulier, j'ai l'impression que tous les mois il y a chaque fois un nouveau truc qui ouvre donc ça c'est vraiment super chouette. Enfin pour nous je crois que c'est simplement des nouvelles habitudes de vie dans le but de réduire nos déchets.

Qu'est-ce qui vous a fait connaître cette démarche ?

Beh en fait je crois qu'un maximum de personnes se tournent pour des raisons écologiques et en fait nous je crois c'est surtout parce qu'en fait on avait d'abord lu une BD sur l'histoire de l'économie et en fait à la fin de cette BD on avait envie un peu de trouver un autre style d'économie et en consommant maintenant zéro déchet, on se tourne plus vers des petits commerces, plus local et tout, et ça en fait moi je suis super contente de plus aller au Delhaize, Carrefour,... parce que maintenant on consomme local aussi et donc là j'ai l'impression de plus faire pour l'économie en fait. C'est des choix plus malins en fait. Ouais donc d'abord y a cette histoire de nouvelle économie et en plus on mangeait déjà bio et toutes ces initiatives c'est toujours pour des trucs bio, nature donc c'est top quoi mais en fait c'est surtout à la base pour un autre type d'économie. (...) Mais en fait dans cette BD ils parlent surtout d'économie et en fait au niveau écologique ils proposent d'autres modèles économiques et donc les deux se rejoignent et c'est bien quoi.

Depuis quand vous êtes-vous lancé dans le zéro déchet ?

En fait on a commencé en juin-juillet. En fait on a vraiment... ça m'a fait penser à Trip Advisor parce que tu passes ton temps à chercher sur internet toutes les alternatives, comment les gens font et tout et oui, et non en fait j'avais terminé cette BD et juste après j'étais chez Pêle-Mêle et là le bouquin de Béa Johnson, en fait je l'avais déjà vu à la télé comme ça, ça m'avait un peu inspiré une demi-heure mais je me suis vite dit mais non c'est impossible le truc. Mais en fait là j'ai acheté le bouquin il est hyper pratique et quand tu le lis il est vraiment motivant quoi. Tu vois elle a l'air de dire qu'en consommant moins elle est tellement mieux que tu te dis allez (rires). Et ouais donc en fait c'est au même moment

que j'avais lu ces deux livres et la combinaison des deux faits que l'on s'y est mis et en plus en regardant ce qu'il y avait près de nous, y avait tellement de trucs que... Et en fait mon copain, lui, il vient de Malines et il a toujours été intéressé par l'écologie, beaucoup plus que moi à la base, et en fait il découvrait Bruxelles et il trouvait tout ça tellement génial que c'était motivant aussi et en fait je trouve que vivre avec quelqu'un qui était motivé par ça fait qu'on s'y est vraiment mis sinon si j'aurais été toute seule j'aurais pas tenu très longtemps je pense. Et pourtant c'est pas très difficile mais au début tu as l'impression que tu vas devoir renoncer à tellement de choses je crois que ça fait un peu peur.

Est-ce que le zéro déchet entraîne le minimalisme ?

Ouais. Au début c'était ce que je voulais en fait. Je voulais aussi dans ma déco être minimaliste, enfin pour ne plus trop avoir à nettoyer, des trucs comme ça mais ça j'en parlais y a pas si longtemps avec mon copain et finalement ça j'ai pas fait. En plus au mois de novembre on a déménagé et je me disais là c'est génial on va se débarrasser de plein de trucs, en fait ça a plus été le contraire parce qu'en fait on emménageait ensemble et lui arrivait avec ses trucs et on avait plein de trucs en double et du coup j'étais un peu dégoutée d'avoir encore plus et bon on s'est quand même débarrassé de trucs et ouais en plus y a plein de trucs que tu stockes en te disant on va quand même pas les jeter, on va les revendre et tout mais j'ai toujours une cave avec plein de trucs qu'on va revendre, qu'on a pas voulu jeter. Mais j'ai remarqué en fait que souvent toutes ces bloggeuses sont souvent minimalistes et en fait je trouve ça très joli mais moi j'avais quand même plein d'objets. J'étais toujours un peu brocante quoi et j'ai toujours plein d'objets franchement dont je ne me séparerai pas mais je me suis dit on est pas obligé d'avoir une déco minimaliste et à la limite j'ai peur aussi que, tu vois je trouve que les écologistes je trouve ils ont été un peu caricaturés, c'était un peu honteux, on rigolait un peu mais je trouve qu'il ne faut pas devenir une nouvelle caricature quoi. Je trouve que maintenant, surtout ces bloggeuses souvent elles donnent un aspect plus moderne à l'écologie, elles le représentent bien mais je ne voudrais pas que ça devienne en fait une nouvelle caricature, qu'on soit toutes tu vois, toutes dans l'univers minimaliste. Je trouve que tant mieux si ça reste dans l'univers diversifié parce que sinon on va se faire à nouveau tous cracher dessus tu vois.

Le zéro déchet est-il une forme d'anti-consommation ?

Ouais. Ça je suis contente de plus devoir, de pas être dépendante de tous ces circuits traditionnels. Enfin on reste des consommateurs mais dans d'autres circuits et qui sont plus, enfin qui je crois rémunèrent mieux les producteurs tout ça. Enfin je pense que c'est plutôt une autre forme de consommation, plutôt qu'une anti-consommation. Et on consomme moins je crois. Parce que maintenant j'achète plus en tous les cas des petits bibelots ou des trucs, enfin je sais pas, par exemple ici tout près il y a le magasin Zig-Zag, enfin y a plein de trucs pour la maison, des trucs comme ça qui ne coûtent rien du tout et quand tu vas là t'as vite envie d'acheter un petit truc en te disant ça coûte rien et c'est sympa quoi. Mais en fait ça je fais plus parce que là effectivement je rejoins les minimalistes qui disent on n'a pas besoin d'accumuler des trucs et renouveler chaque fois quand la mode passe donc ça ouais je consomme plus des trucs comme ça. Et aussi, et ça c'était dans le livre de Béa Johnson tu vois, en fait je me suis rendue compte que le samedi j'allais faire du shopping, c'était un peu mon activité du samedi. Après en la lisant je me suis dit c'est une activité complètement ridicule et qu'en fait je pourrais passer mon temps de manière plus productive et mieux quoi donc ça je fais plus non plus. Et en fait ça j'en souffre pas du tout quoi.

Est-ce que vous vous considérez comme engagée ?

Surement plus qu'avant ouais mais sans que ce soit politique ou sans trop vouloir être contre quoi que ce soit mais je suis contente que des mouvements comme ça... En tout cas je ne m'engagerai vraiment pas, je ne sais pas. Enfin je n'irai pas plus loin que... Mais enfin on est plus aussi, on habite à Molenbeek depuis le mois de novembre et là y a énormément de déchets par terre et en fait ça nous fait chier et par contre en cherchant un compost à Molenbeek on est tombés, tout près de chez nous y a un potager urbain où ben on travaille là tous les dimanches mais j'étais contente de faire ça parce qu'on est arrivés à Molenbeek juste au moment où c'était sous le coup des projecteurs et on est arrivés dans ce potager et c'était tenu par des espèces de vieux arabes comme ça et c'était bien pour discuter de l'actualité. J'allais aussi pour ça, pour discuter avec eux et en fait eux ils ont des initiatives aussi, donc ce potager ils l'ont créé pour lutter contre les déchets, pour que ce soit plus... C'est l'ASBL L'Espoir et en plus il a des initiatives super chouettes le responsable de cette ASBL. Par exemple au coin de sa rue il trouvait qu'il y avait trop de déchets. Il a mis un banc et une livre box et maintenant c'est un coin joli où les gens n'osent plus mettre leurs déchets et donc des initiatives comme ça après je trouve ça top et alors tu connais « Léo Not Happy » ? On a fait la journée contre les déchets avec lui aussi. C'est pas vraiment zéro déchet mais c'est vrai que le truc... Du coup c'est vrai que je suis aussi plus dans une démarche, on se plaint d'un truc, on essaie un peu d'apporter toi-même, de contribuer à la solution plutôt que te dire oui les politiques ils font rien de rien. Voilà donc on fait plus de trucs comme ça. Mais en fait je trouve ça chouette et donc on a rencontré des gens. On a quand même l'impression d'être sur la bonne voie. On a l'impression que ça bouge un peu quand même.

Vous rencontrez des gens qui sont dans la même démarche ? C'est motivant ?

Ouais et aussi dans le cadre de mon travail j'avais envie de leur parler du zéro déchet mais bon je me disais ça va être ridicule mais on avait une réunion la semaine passée avec les concierges de plusieurs immeubles de Bruxelles et ils se plaignaient en fait qu'ils devaient sortir eux les containers de poubelles des locataires et ils disant ouais toutes les semaines on doit les sortir et apparemment à chaque fois y a des tonnes et des tonnes de déchets et donc ouais ils disaient ces containers ça nous fait mal au dos, il est toujours plein ce container alors y a des gens qui mettent leurs sacs poubelle autour et j'avais envie de leur dire il faudrait pousser des gens à produire moins de déchets mais je me suis retenue parce que c'était pas non plus un public trop... Mais oui en fait je crois que ça pourrait être des solutions même pour le vivre ensemble finalement.

Dans les entretiens que j'ai pu faire y a des gens qui m'ont dit qu'ils avaient l'impression d'avoir un lien social avec plus de gens et beaucoup plus fort. C'est quelque chose que vous avez constaté ?

Ouais enfin j'ai pas cherché non plus à avoir de nouveaux contacts mais par le fait que je sois effectivement plus sensibilisée à ça maintenant, je me suis investie dans des trucs. Je ne me serais jamais investie là-dedans avant, me consacrer un dimanche à un potager des trucs comme ça et sinon ouais je rencontre plus de gens maintenant et on est quand même assez investis là-dedans et ça, ça nous apporte quand même pas mal. Maintenant on parle souvent de ce qu'ils font au potager et on est même devenus un peu promoteurs de ce potager molenbeekois. Et donc au niveau social on a été à la rencontre d'autres gens qu'on aurait pas rencontré sans ça. Je me suis dit aussi que c'était plus convivial ces petits magasins ouais. Mais ça je pense que c'est aussi les commerces de proximité en général.

Quand et pourquoi avez-vous commencé votre blog ?

En fait je l'ai lancé je crois en février ou un truc comme ça. J'ai pas été très active ces derniers mois. Et en fait je crois que j'ai aussi toujours voulu blogger et en fait là je trouve que c'était intéressant parce que c'était aussi pour faire la promotion d'un mode de vie, je trouvais que ça avait un sens. Donc je crois que j'ai toujours voulu blogger mais j'ai jamais eu le sujet en fait. J'avais pas envie de blogger autour de ma personne ou un truc inintéressant, je sais pas. Là j'ai l'impression que ça a aussi une utilité. Et puis comme ça aussi de toute façon ça allait me permettre d'apprendre pour le langage html tout ça. Maintenant je m'y connais un peu en informatique. Et en fait à la base, de toute façon j'en avais marre de mon boulot, en fait avant j'étais juriste en propriété intellectuelle et puis j'ai voulu changer et, de toute façon j'avais fait une formation en médiation, en fait j'ai commencé à travailler à mi-temps et l'autre moitié de mon temps je voulais faire des trucs qui soient un peu productifs pour moi donc voilà à ce moment-là j'ai vraiment commencé à écrire là-dessus. J'ai mis, aller j'ai mis plusieurs mois avant de lancer quelque chose, avant de prendre le temps. Et puis, au mois de novembre je travaillais à mi-temps, et depuis le mois de mars je travaille de nouveau à plein temps. En fait là mon nouveau boulot ça a commencé à mi-temps et puis ils m'ont proposé de travailler à plein temps, j'ai pas osé dire non et puis depuis lors j'ai plus trop eu le temps de travailler sur mon blog parce que ça demande du temps. En fait c'est quand même un truc, je vais le refaire enfin j'ai pas cherché vraiment à prendre le temps.

Et par rapport à l'évolution de votre pratique, qu'est-ce qui a été le plus facile à mettre en place ? Qu'est-ce qui a fait que vous avez vraiment vu une réduction de vos déchets ?

Effectivement on a commencé avec l'alimentation et en fait déjà ça je trouve que ça t'aide vraiment à éliminer tes poubelles parce que, allez, avant je rentrais du supermarché je commençais à tout déballer, tout mettre dans le frigo et en fait ça remplit déjà bien toutes tes poubelles et puis tout ce qui est déchets organiques très vite on a trouvé un compost. Je savais que ça existait mais je ne comprenais même pas le principe du compost en fait. Je ne savais pas très bien ce que c'était. Et en fait c'est con, tu dois juste aller mettre tes déchets tu vois. Tu vois, certains aliments auxquels on n'allait pas renoncer. Mais comme les chips ou le chocolat. Enfin ce n'est pas comme si on en achetait toutes les semaines non plus mais du coup c'était amusant de devoir chercher des alternatives et de devoir les cuisiner mais en même temps j'aime beaucoup. D'ailleurs on en parlait justement avec mon copain hier, on disait « qu'est-ce qui est le plus difficile ? » et il me disait les chips parce que c'est lui qui les fait et il me disait c'est chiant à faire et honnêtement de temps en temps on achète encore des paquets de chips quoi. Et donc le chocolat, mais là on achète encore le chocolat des Tanneurs et on garde l'aluminium parce qu'en fait l'aluminium est recyclable en principe et en fait on attend d'avoir plein d'aluminium et on va voir à la déchetterie le long du canal voir s'ils peuvent le reprendre. Non mais parce que l'aluminium en soit il est recyclable donc je vois pas pourquoi on pourrait pas mais bon je comprends si tu viens avec ton petit déchet d'aluminium, mais si on en a beaucoup...

Parce qu'aux Tanneurs ils en vendent mais quand même sous aluminium ?

Ouais et ça on a cherché. Y a une marque qui fait avec un papier un peu... Je me demande si ce papier ne pourrait pas être recyclable mais ils font que des goûts bizarres donc... Au début moi j'ai eu hyper du mal avec le shampoing parce que, enfin ouais au début j'ai utilisé du savon de Marseille et j'ai trouvé que mes cheveux ils étaient toujours poisseux et maintenant j'ai un savon, je sais pas de quoi il est composé, mais lui il me rend pas les cheveux poisseux.

Vous l'avez acheté où ?

Mais en fait je l'ai acheté à Helsinki parce que là en plus je suis dégoutée. Ils avaient une chaîne, ils ont une chaîne de magasins en vrac. En plus dès qu'on est arrivés, on a pris tu vois un bus de l'aéroport à notre appart et en fait en sortant du bus c'était un magasin en vrac. On a été voir et c'était un peu comme les magasins en vrac d'ici mais en fait on leur a demandé : « vous avez beaucoup de magasins comme ça ? » et en fait ils nous ont dit c'est une chaîne.

Vous êtes passée par le remplissage des flacons dans les magasins vrac ?

Mais en fait je l'ai pas fait parce qu'en fait souvent ils avaient pas du shampoing sauf Naturel Corner et puis quand je regardais la composition j'étais pas hyper satisfaite. C'était un truc où j'étais déjà hyper exigeante avant. Dans tout ce qui était cosmétique j'étais déjà avant fort, ça devait être bio les compositions. Mais en fait comme maintenant je sais que tu vois tu peux utiliser un petit truc vraiment, ne serait-ce qu'une poudre où y a vraiment aucun tensio-actif donc maintenant dès qu'il y a un nom chimique je me dis que c'est pas assez bon quoi. Donc je voulais un truc vraiment nickel surtout que mine de rien parfois tu le paies plus cher en fait même en vrac donc si je paye plus cher je veux que ce soit parfait quoi. Ça c'est un truc bizarre je trouve, tu as beau acheter en vrac et au début je me disais que ça allait être moins cher alors que c'est pas nécessairement le cas. Ça je suis un peu surprise quand même.

Problématique du coût ?

Mais en fait moi j'ai fait un tableau Excel avec toutes nos dépenses parce que c'est vraiment une question que je me pose. Est-ce qu'on fait vraiment des économies ? Je pense que forcément on fait des économies parce qu'on consomme beaucoup moins mais de tous les magasins bios à Bruxelles, les Tanneurs c'est vrai qu'il est moins cher. Après Färm c'est super cher, Naturel Corner il est aussi un peu plus cher.

Pourquoi ?

Je pense que c'est parce qu'ils sont petits et que ça fait plus de frais quoi. GB ils ont des frais plus répercutés, enfin ils font des achats en tellement grosses quantités, en très très gros quoi. Je pense que c'est le fait d'être petit. Maintenant y a certains produits qui peuvent être moins chers que le bio de supermarché mais ça reste toujours plus cher que les produits conventionnels quoi. Ça on peut pas dire que c'est moins cher, c'est mentir quoi. Je trouve ça un peu frustrant de te dire j'achète sans marque, sans emballage et logiquement ça devrait être moins cher mais en fait c'est pas encore le cas. C'est juste que le fait de dépenser son argent là-dedans ça répond mieux aux valeurs que je veux soutenir mais bon. Je dirais tu fais des économies mais pas dans l'alimentaire quoi. Et aussi maintenant on s'intéresse même aux trucs que tu vois on aimerait composter. On cuisine les pelures donc tu vois peut-être que là aussi tu peux te dire on récupère un peu d'argent en faisant ça.

Cuisinez-vous plus ?

Mouais. Plus longtemps quoi. Ouais je pense bien. Bon ça dépend des types de repas quoi. Ouais par exemple tu fais un spaghetti, maintenant on fait la sauce donc ouais c'est vrai.

Et en règle générale le zéro déchet demande plus de temps ?

Ça je dirais que non parce que du coup en fait nous on va seulement en magasin une fois par semaine et j'avais l'impression qu'avant genre j'allais au Delhaize trois fois par semaine parce que j'achetais

pas ce qu'il fallait, je prévoyais à deux jours parce que t'as toujours un Delhaize à côté de chez toi. Je sais pas, t'as l'impression que c'est tellement facile, tu dois rien organiser. Donc en tout cas je consacre beaucoup moins de temps aux courses, ça c'est sûr. Et puis par exemple maintenant je me lave plus les cheveux qu'une fois par semaine et donc c'est un gain de temps aussi je pense. Donc je pense qu'on a maintenant plus de temps pour faire des trucs qui sont intéressants, qui sont plus productifs pour nous même que de faire des courses. Et même en fait cuisiner je trouve pas que c'est dérangeant, c'est plus que maintenant on a appris à cuisiner aussi.

Vous avez l'impression d'avoir plus appris à cuisiner ?

Oui en fait avant ça m'intéressait pas du tout la cuisine et maintenant je regarde mon petit blog de cuisine ou la cuisine végane je trouve ça hyper intéressant parce que par exemple le beurre c'est un truc difficile à trouver en vrac. Enfin ils en vendent ici tout près à la crèmerie de Linkebeek mais c'est hyper cher. Nous on va avec des Tupperware mais lui il met toujours un papier cellophane et ça il faut toujours faire attention quand tu viens avec tes propres pots parce qu'au final ils ont pas le réflexe, que tu viennes avec ton pot, ils ont le réflexe de toujours l'emballer et puis lui avec son cellophane c'est le genre de truc tu fais même pas attention parce que ça te paraît... Pourquoi ajouter un cellophane dans un Tupperware ? Et puis à chaque fois on se tapait le cellophane. Mais nous on va plus à la crèmerie de Linkebeek parce qu'on trouve que c'est trop cher et puis ça fait toujours des cellophanes donc ça nous a vite énervé. Mais donc par exemple ouais, du coup la cuisine végane ça nous permet de jamais utiliser d'œufs, de beurre, tout ça et du coup c'est top parce du beurre souvent on en a pas. Mais en fait maintenant on est plus dans l'expérimentation culinaire et c'est vrai qu'on y consacre quand même plus de temps mais c'est pas un fardeau. C'est plus par envie de trouver sa voie.

Est-ce que le zéro déchet permet de limiter ou d'éviter le gaspillage alimentaire ?

Ha oui oui parce que les gaspillages alimentaires justement ça se composte pas, t'es obligé de les jeter et vu que nous notre poubelle elle dure longtemps il est pas question de jeter des déchets organiques, on va pas garder ça trois mois dans une poubelle donc ouais ça c'est hors de question quoi.

Et au niveau des recyclables vous en utilisez toujours ?

Dans le pire des cas oui mais par exemple maintenant j'utilise beaucoup d'huile de coco parce que pour ce qui est cosmétique. Tout le monde fait son déodorant par exemple et mais là alors je l'achète en verre et donc ouais du coup là je vais plutôt acheter le truc, entre un truc en plastique qui n'est pas du tout recyclable je prends le truc en verre, de toute façon tu le récupères. Dans le pire des cas on va acheter le déchet en papier mais tout en se disant quand même que c'est pas idéal et ça c'est un truc on se pose vraiment la question de savoir quand on recycle, je suis certaine que c'est pas recyclable à 100%, et en fait on voudrait juste visiter un centre de recyclage aux portes ouvertes des entreprises en fait parce que mon copain, lui, il a visité une fabrique en octobre dernier et du coup c'est un truc on s'est dit ouais c'est un bon moment pour visiter ce genre d'entreprise.

Par rapport à la vie sociale ? Choix compliqué ?

Problématique pas du tout mais en même temps j'ai pas vraiment... Ma famille le sait. Ma mère, mon père, mon frère, une de mes sœurs. Mais j'avais fait une fois un apéro zéro déchet et en fait les gens trouvent ça marrant et j'ai remarqué aussi que certains amis quand ils étaient avec moi, en l'occurrence c'était à une soirée, et on avait reçu des verres en plastique de bière et quand mon ami a voulu me servir il m'a dit : « Ha mais je vais prendre le verre comme ça... ». Il m'a dit « c'est

scandaleux quand même tous ces déchets » et je crois que ça l'interpelle aussi mais sans qu'il fasse d'effort mais par contre je crois qu'il est sensible à ça et quand je suis là il va quand même faire attention. Non mais je trouve que les gens ils prennent plutôt ça bien et même on n'a jamais eu de débat là-dessus. Non les gens sont plutôt intéressés, c'est plutôt ça en fait.

C'est plus le problème des cadeaux ou des choses comme ça qui peut se poser ?

Mais ça c'est vrai qu'en fait, mais c'était à Noël ici, on avait reçu par la mère de mon copain, en plus elle est spécialiste pour faire des cadeaux, des trucs vraiment nuls, enfin je veux dire par exemple elle nous a offert un truc pour éteindre les bougies, une espèce de sapin avec des ciseaux et ça éteint ta flamme, des trucs dans ce genre-là, et déjà on en avait pas besoin et c'était vraiment encombrer pour encombrer quoi mais bon on l'a accepté en disant c'est chouette on ne jette pas les cadeaux mais bon on en reçoit pas tant que ça non plus donc ça va.

Quels sont les moyens techniques que vous avez mis en place pour faire du zéro déchet ?

Nous en fait on a des sacs en tissu que j'ai fait et on les utilise au marché et tout. Les gens vont toujours me dire un truc sur mon sac, surtout au marché à Molenbeek où là les gens ils sont hyper, ils sont très conviviaux comme ça. On a aussi une collection de Tupperware, mon copain au fait en avait déjà. Au départ j'étais pas super fan de ces trucs parce que c'était fait dans du plastique mais en même temps c'était con de se dire on va les jeter et les remplacer par des récipients en verre donc en fait on utilise quand même ça et en fait je trouve ça super pratique et effectivement les gens ils ont toujours une remarque. Aux Tanneurs ils disent « Ah vous êtes vraiment super. Si tout le monde était comme vous » Aussi dans les boucheries ou quoi ils font « Oh avec vous je fais des économies d'emballage » donc ils sont toujours, en fait c'est toujours bien pris. Et je sais pas si à Bruxelles beaucoup de gens ont eu des remarques sur l'hygiène.

Est-ce qu'il y a des produits que vous ne consommez plus ? Vous m'avez parlé des produits laitiers.

Le lait par exemple, trouver du lait consigné c'est hyper rare. Et en plus on consomme pratiquement plus de lait maintenant. Moi je consommait encore du lait mais j'avais aussi de la poudre d'amande et j'utilisais ça avant et en fait mon copain lui il supporte pas bien le lait du coup en fait on s'est mis plus qu'à la poudre d'amande et en fait lui il dit que c'est tellement super et moi... Lui ça lui convient tellement bien et en fait moi je m'en fiche. Du coup on a vraiment arrêté le lait en fait.

Vous utilisez des bocaux ?

Oui mais pas pour aller faire mes courses vu que c'est hyper lourd et que tu peux les casser. C'est joli mais c'est pas hyper pratique surtout qu'on n'a pas de bagnole. Mais par contre chez moi effectivement du coup tout est en verre, c'est joli mais c'est plus pour l'esthétique quoi.

Il y a autre chose comme moyen technique que vous employez pour faire du zéro déchet ?

Moi je trouve qu'on a un truc qui est super malin pour le compost, en fait on stocke les déchets organiques dans le congélateur parce que dans le congélateur on a pas grand-chose finalement. Alors que finalement je n'avais pas besoin de faire de réserves donc vu qu'on a plus tout ça, on a beaucoup plus de place dans le congélateur donc on stocke nos déchets organiques là-dedans. Parce qu'au départ en fait moi ce que je faisais avant je les mettais dans une boîte que je mettais sur la corniche parce qu'il y avait des vers dans cette boîte. Cette boîte me dégoutait et puis après en fait c'est sur internet

que j'ai vu quelqu'un qui faisait ça et je me suis dit : « oh quelle super idée ! » et depuis c'est plus propre, j'ai plus de problèmes de mouchettes, de vers ou des trucs comme ça.

Ça ne pose pas de problèmes que ce soit congelé pour le compost ?

En fait la première fois que j'ai été au compost c'était congelé et je leur ai tout de suite dit ils sont congelés parce que je les stocke dans le réfrigérateur mais ils s'en foutaient en fait. Et aussi ouais en fait par exemple une fois on a acheté un poulet donc on va directement l'acheter à la rôtisserie enfin dans une boucherie et tout donc il était temps d'aller et on était zéro déchet et puis on était là avec la carcasse et on était là oh merde ! Les os tu ne peux pas les composter mais à Schaerbeek chez ma mère ils font la collecte des déchets organiques. Là je composte, je mets dans le congélateur et quand je vais chez ma mère je l'apporte.

Est-ce que vous croyez que ça se complète justement ? Qu'il faudrait ce système de compost et la bio-méthanisation des déchets organiques ?

Oui je pense que ça serait mieux parce que le compost au potager il nous est utile parce qu'après on l'utilise pour faire du compost justement alors que la collecte des déchets j'ai regardé ce qu'il faisait avec ça et y a vraiment de tout quoi. Et aussi pour le papier toilette, je sais pas comment les gens font parce que les gens qui le font je sens que c'est un problème le papier toilette. Et en fait nous ce qu'on fait c'est qu'on achète le papier toilette dans un magasin bio qui est dans un plastique compostable mais j'ose quand même pas mettre ce plastique au compost chez nous donc ça je le mets à la déchetterie avec des déchets quoi. Chez mon ancien propriétaire je m'étais installé ma petite douchette, c'est beaucoup plus propre en fait. La collecte des déchets organiques, je pense que ça pose des problèmes quoi. Ils collectent même les restes de repas ou quoi mais bon à la limite je trouve même dommage qu'ils aillent si loin.

Principaux lieux fréquentés liés au zéro déchet ?

On commence par le compost. Ça c'est l'ASBL L'espoir et leur potager s'appelle le potager Majorelle à Molenbeek-Saint-Jean. Ensuite on va au marché des Tanneurs, là on y va plutôt le samedi matin ou le dimanche matin ça dépend. C'est dans les Marolles. Sinon pour tout ce qui est cosmétiques là je vais encore chez Färm mais là j'achète de l'hydrolat de lavande parce que là tu peux l'acheter en vrac je trouve ça génial. On va aussi toujours visiter les nouveaux trucs qui se créent. Par exemple tu vois on a été à la grainerie et il y avait du sirop d'érable et tout et on l'a acheté pour l'année. Pour tout ce qui est entretien de la maison on va à la droguerie Le Lion qui se trouve ici tout près. Tu peux même y acheter ton bicarbonate en vrac. En fait à part du vinaigre, ça à Bruxelles j'ai jamais trouvé le bête vinaigre d'alcool en vrac mais sinon je trouve tout au Lion. Ils font du vrac depuis toujours mais là vraiment tout le monde, enfin y a plein d'écolos ils utilisent du bicarbonate de soude je trouve ça tellement génial. Chez Senz près du Chatelain et en fait eux chez Senz j'ai été chez eux ce week-end et là la vendeuse elle disait qu'elle voulait s'inscrire dans cette tendance zéro déchet et maintenant elle vend du shampoing en vrac mais elle voulait même vendre toutes ses huiles et ses hydrolats en vrac et elle était un peu en train de chercher des solutions pour voir comment faire mais oui j'ai l'impression qu'elle fait un maximum de trucs. Vraiment à Bruxelles pour presque tout c'est possible sans trop d'efforts quoi. Sinon je sais pas trop. Y a d'autres trucs en vrac mais on y va jamais, Natural Corner on y va jamais. Mais c'est plus qu'on a nos adresses et ils vendent les mêmes trucs un peu partout aussi. Par exemple on achète toujours du chocolat. Ils en ont en vrac, des petites pépites de chocolat comme ça chez Farm comme ça on a du chocolat fondant quoi. Donc y a certains produits comme la poudre

d'amande ça c'est chez Farm. Y a des trucs aux Tanneurs on a pas toujours tout mais en gros franchement aux Tanneurs y a énormément. Et là maintenant sur le marché on a de la mozzarella, sur le marché normal à Molenbeek.. Et en plus à côté de chez moi y a la boulangerie, de l'autre côté y a la boucherie et en face y a la poissonnerie. Ils nous connaissent et on achète tout là en vrac tranquille. Et une super adresse mais ça c'est vraiment un truc pour les molenbeekoïses c'est le palais des Balkis. Donc là c'est une boucherie bio et là c'est pour la charcuterie, fromage. Tout est bio et il y a aussi des parts de tarte parce que c'est un salon de dégustation aussi. Et là ils nous connaissent en fait et on met tout comme ça dans des Tupperware et ils sont super sympas. En fait moi je préfère manger bio tout ce qui est fruits et légumes. En général on achète tout aux Tanneurs mais ça peut m'arriver dans la semaine d'acheter à côté de chez nous et là je peux prendre comme ça dans mes petits sacs et je me dis même si c'est pas bio c'est mieux que de pas en manger quoi.

J'ai remarqué que c'était plus un public féminin, vous êtes d'accord avec ça ?

J'imagine que c'est aussi parce que les femmes en général elles ont la charge des courses. Enfin je sais pas c'est pourquoi mais en même temps moi par exemple tout ce qui est cosmétique celles qui font zéro déchet elles font leurs trucs elles-mêmes et en fait ça c'est de toute façon à la mode depuis quelques mois. J'avais déjà acheté chez Aromazone et j'avais déjà tout des trucs pour faire moi-même et peut-être que quand on cuit on est déjà dans des démarches, c'était pas zéro déchet chez Aromazone, mais quand tu te lances dans le zéro déchet tu as l'habitude de faire des trucs toi-même. Par exemple sans être zéro déchet y a des gens qui font leur déo eux-mêmes. Heureusement avant de commencer j'avais déjà le stock pour le faire. Parce qu'au début dans ma quête d'un shampoing zéro déchet j'avais vu toutes ces filles qui font le « no-poo » mais qui sont pas forcément zéro déchet qui font « ah ouais la poudre de shikakai, le vinaigre de cidre » mais c'était la merde, enfin j'en ai jamais acheté parce que j'en ai jamais trouvé en zéro déchet. Et même dans les magasins tu sais à Anvers chez Robuste. Ils ont de tout c'est génial mais ils proposent leur shampoing et soit ils donnent leur composition comme chez Natural Corner mais là ils la mettaient pas. Mais de voir la composition tu te dis ça peut pas être... Si ça mousse c'est sûrement un composant chimique.

Est-ce que la mode éthique vous intéresse ?

Ouais. Y a quelques boutiques de mode éthiques à Bruxelles mais après en fait je trouve leurs vêtements super basiques et en même temps ça reste assez cher. Tu te dis ouais c'est des pièces qu'il me faudrait et tout mais sinon moi les vêtements c'est surtout de seconde main mais c'est un truc que je faisais bien avant.

A quels endroits ?

Aux Petits Riens. C'est un peu notre truc. Dès qu'on part en voyage on regarde toujours où est-ce qu'il y a des magasins de seconde main. Mais les magasins de seconde main déjà quand on était en France c'était un peu par ce biais-là. Ça toujours été dans nos habitudes donc ça n'a pas été du tout un choc de nous dire... Par contre j'ai voulu réduire mes vêtements. Genre Béa Johnson elle a genre huit fringues tu vois mais bon j'ai quand même liquidé pas mal de trucs que je mettais jamais et je suis contente de m'être débarrassée de ça mais y a quand même des trucs que je mets pas.

Pour les Petits Riens c'est au magasin d'Ixelles ?

En fait ouais je vais toujours au magasin de la chaussée de Helmet à Schaerbeek parce qu'il est grand, qu'ils ont pas mal de fringues et qu'ils ont aussi des trucs genre de la vaisselle ou des petits mobiliers comme ça. C'est vrai qu'ils ont beaucoup de trucs ou parfois des arrivages de chez H&M.

Vous parliez tout à l'heure de si vous étiez propriétaire, si c'était le cas il y a des choses que vous feriez pour éviter la perte d'énergie et ce genre de choses ?

Oui je pense. Mon copain il a une maison à Malines et il a isolé avec des produits naturels et je pense qu'il fera pareil quand j'aurais acheté mon appartement à Bruxelles. Mais ça dépend aussi de si j'ai un jardin je trouverais ça chouette d'avoir un récupérateur d'eau. Ma grande sœur elle a ça. En fait y a une association à Molenbeek et tu peux faire un audit pour savoir, pour rénover avec des matières isolantes et tout ça. Je pense aussi que c'est des alternatives en fait. Si tu t'y intéresses c'est pas forcément hyper clair et c'est des trucs abordables.

Vous pensez que c'est aussi facile dans le reste de la Belgique qu'à Bruxelles ?

Certainement qu'il faut avoir quand même, parce que mon copain il dit toujours qu'il est content d'être à Bruxelles et il dit toujours en premier lieu qu'on arrive à pas produire trop de déchets et justement à Malines ce serait pas possible, donc je crois que oui c'est mieux ici. Et puis au début on se dit ça va pas être possible. Il faut quand même être pas mal motivé, chercher les alternatives mais moi je trouvais ça hyper passionnant intellectuellement en fait de chercher des alternatives. Je trouve ça très chouette à faire mais ça demande surtout au début de la recherche. Sinon c'est pas grave si c'est pas zéro déchet mais y a plein de petits efforts qui sont pas difficiles à faire. Par exemple les sacs plastiques. Enfin maintenant j'ai fait des sacs en tissu pour une copine et pour la sœur de mon copain parce qu'elle elle va dans des supermarchés et elle trouve ça mieux. C'est vrai que des fois c'est un souci, enfin les gens peuvent faire une remarque et c'est vrai que c'est plus intéressant d'avoir une conversation dans un supermarché conventionnel plutôt que là où les gens sont déjà convaincus. Ça fait une petite promotion. C'est un tout petit truc mais les sacs en plastique c'est tellement facilement supprimable et ça profite à personne. Là c'est même pas une question d'une certaine marque sur l'emballage ou quoi. Mais j'ai une copine qui me disait « J'ai un Delhaize dans ma rue et comment est-ce que tu pourrais me convaincre de plus aller au Delhaize ? » et donc c'est à elle que j'ai donné des sacs en tissu. Tout est emballé mais ce qui est en vrac autant le mettre dans ton sac en tissu.

Tu as le vrac mais tu aussi le fait que si tu donnes tes contenants en général j'ai l'impression que c'est plutôt bien accepté. J'ai jamais eu de souci mais les gens ont déjà été étonnés ou lever les yeux au ciel ou quoi mais franchement c'est assez rare mais bon personne a jamais refusé. Mais à Malines je te dis le mec qui avait refusé... Et pourtant là-bas le sac poubelle est à 2,50€ donc en Flandres les 10 sacs poubelle te coûtent 25€ donc là les gens je trouve que ça devrait les inciter à faire attention.

Entretien n°7 : Diane et Stéphane, mardi 31 mai 2016, de 20h à 21h30

Age : 34 et 33 ans
Formation : Master en architecture
Emploi actuel : Enseignante/ scénographe
Situation familiale : Mariés, 3 enfants
Domicile : La Hulpe, propriétaire
Zéro déchet : Janvier 2016 – 6 mois

Problème d'enregistrement – Retranscription des échanges de l'entretien

Qu'est-ce qui vous a fait connaître cette démarche ? Depuis quand vous êtes-vous lancé dans le zéro déchet ?

Les conférences de Béa Johnson découvertes en novembre 2015. Début de la démarche le 1er janvier 2016. Ils ont entamé un « combat » pour l'alimentation, pour leurs enfants, contre les colorants alimentaires. Ils regardaient beaucoup les étiquettes des produits pour savoir ce qu'il y avait dedans, le zéro déchet et notamment le vrac était la solution pour consommer des produits simples, où l'on connaissait la composition, pas trop transformés.

Qu'est-ce que le zéro déchet pour vous ?

C'est tendre vers une réduction drastique des déchets. C'est un point de départ. Une des peurs lorsqu'on se lance dans cette démarche est de ne pas y arriver. Ils ont une vision simple du zéro déchet : ne pas vendre un modèle de perfection. Le zéro déchet ne constitue pas un changement de mode de vie mais des habitudes à changer qui deviennent différentes.

Est-ce que le zéro déchet entraîne le minimalisme ?

Le zéro déchet signifie moins de déchets, pas « pas de déchets ». Mais pas une démarche minimaliste pour tout, pour les déchets et les besoins.

Quel était le principal argument ?

Démarche environnementale avant tout, l'idée de « faire sa part »

Le zéro déchet est-il une forme d'anti-consommation ?

Anti-surconsommation, contre la publicité. Anti-supermarché

Vous considérez-vous comme engagés ?

Engagement au niveau de la communauté « Zede » zéro déchet à la Hulpe, ils se définissent comme des « précurseurs » pour cette démarche. Constitution d'une communauté via Facebook depuis début 2016, elle regroupe 11 foyers qui essaient de faire du zéro déchet, où ils s'échangent les solutions, les bons plans et engagement des commerçants de proximité de la Hulpe qui leurs font des réduction (10% en moyenne) lors de leurs achats.

Principaux lieux fréquentés liés au zéro déchet ?

Boulangerie, magasin bio qui fait du vrac pour les fruits et légumes aussi, la fromagerie, le marché, la frierie, la chocolaterie, le traiteur, trattoria italienne, sushi = la Hulpe.

Ferme qui vend du lait au litre où l'on vient avec ses bouteilles : alternance avec une autre personne pour pouvoir en avoir régulièrement .

Magasins bio à Genval (céréales) Rixensart (pâtes), marché de Boisfort (autres aliments en vrac).

Compost dans leur jardin.

Carré potager mis à leur disposition dans la commune.

Déplacement à pied, rue commerçante juste à côté de chez eux et en voiture pour les choses plus lourdes.

Barbe verte : création de produits d'hygiène en vrac (savon, shampoing, dentifrice, pastilles pour le lave-vaisselle etc.), déplacement pour vendre en vrac à toute la communauté.

Couturière pour faire réparer des vêtements.

Comptabilisez-vous la production de vos déchets par mois/an ?

Avant ils jetaient un sac de 60L par semaine à 5 personnes. Aujourd'hui ils ont réussi à tenir 49 jours, soit 1 mois et demi sans sortir de poubelle : divisé par 7.

Problématique du coût ?

C'est difficile de comparer deux choses qui ne peuvent pas être comparées. La réduction est surtout due au fait qu'ils achètent moins, ils consomment moins. Mais vu qu'ils consomment plus de produits bio ou locaux, c'est sûrement plus cher à l'unité.

Préférence pour le local au vrac, préférence pour la proximité et le commerce de proximité, si le vrac se fait dans les supermarchés avec la même logique que maintenant non.

Est-ce que le zéro déchet vous demande plus de temps ?

Oui au début, pour savoir où l'on peut trouver chaque chose. Ils ont fait des listes, qu'ils ont ensuite partagé avec leur communauté. Mais une fois les habitudes prises cela va vite de faire les courses. Ils font leurs courses plusieurs fois par semaine, pour acheter juste ce dont ils ont besoin, possibilité d'aller faire des courses en allant chercher leurs enfants à l'école.

Cuisinez-vous plus ?

Oui, ils cuisinent plus mais mise en place d'un planning pour les repas. Confection de gâteaux pour grignoter, de yaourts dans des pots réutilisables, pain, cookies

Quels moyens sont mis en œuvre ?

Un cabas avec des boîtes de différentes tailles, pour les œufs, le pain etc. et des boîtes plus grandes à la maison. Il ne faut pas attendre de ne plus avoir de quelque chose pour mettre la boîte dans son sac et la racheter. Pour le lait : consignes soit chez Delhaize, soit chez le producteur.

Poubelle blanche mise à « l'extérieur », une seule poubelle dans la cuisine pour les matières organiques.

Mise en place d'un compost et apprentissage pour faire celui-ci.

Couches lavables pour leur fille, achetées d'occasion.

La démarche du zéro déchet à la Hulpe est quelque peu différente comparé à Bruxelles. En effet, alors que dans la capitale les personnes interrogées se rendent majoritairement dans des magasins spécialisés de vrac, en Wallonie, où il y a moins de magasins offrant du vrac, les personnes interrogées se sont dirigées vers les commerçants de proximité. Ils ont réinvesti ces commerces.

Entretien n°8 : Fanny, jeudi 2 juin 2016, de 18h30 à 19h30

Age : 30 ans
Formation : Etude d'infirmière (française)
Emploi actuel : infirmière en chef adjointe
Famille : En couple
Domicile : Embourg, propriétaire, (Nalinnes)
Zéro déchet : depuis janvier 2016 – 6 mois

Qu'est-ce que le zéro déchet pour vous ?

J'ai commencé en janvier, suite au livre de Béa Johnson et en fait ça a été un peu le déclic parce que j'ai pas envie de laisser une terre toute pourrie à mes futurs enfants. Je ne me revendique pas vraiment comme une écologiste, je le dis parce que j'en rigole mais le comportement des gens comme ceux qui laissent tomber des trucs par terre ça me fout la rage. C'est aussi faire des économies, quand on fait les courses elles reviennent beaucoup moins cher, on mange beaucoup plus sainement, j'ai aussi arrêté de manger de la viande. Mais c'est surtout lié à la réduction des déchets et je ne sors plus les poubelles et ça c'est plutôt cool. On a sorti les poubelles une fois depuis janvier.

Comptabilisez-vous la production de vos déchets par mois/an ?

On ne compte pas vraiment mais en 6 mois on a sorti une fois la poubelle de 60L sachant qu'il fallait bien évacuer plein de trucs. Je pense que le zéro déchet c'est un grand concept qui s'articule autour de plusieurs axes : arrêter de manger de la viande par rapport au réchauffement climatique, l'économie, c'est aussi une certaine culture, sortir un peu du système de consommation, on n'a plus la télé, on essaie de faire nos courses dans des petits trucs locaux. Ça nous a ouvert plus de perspectives, je ne pensais pas au début que faire des courses dans des bocal ça allait changer. C'est parti de la réduction des déchets et finalement ça s'ouvre à plein de choses.

Qu'est-ce qui vous a fait connaître cette démarche ?

C'est la personne que je remplace qui m'en a parlé et j'ai réfléchi à ça, Béa Johnson est venue en conférence à Namur mais je n'ai pas pu y aller. Je voulais me lancer là-dedans mais ça me paraissait tellement compliqué et en fait j'ai acheté le livre sur internet parce que je m'ennuyais au travail pendant les nuits, j'ai lu ça et ça a été un déclic, c'est tellement accessible que je ne trouve pas ça compliqué en fait.

Pourquoi Béa Johnson vous a inspiré ?

Parce qu'elle explique de manière simple et accessible, moi ce qui me faisait peur dans le zéro déchet c'était que ce soit compliqué, de prendre des gros vents au magasin avec mes bocaux et ici c'est extraordinaire, on discute avec les gens. Elle motive avec des expériences positives et c'est très accessible.

Par rapport aux commerçants, c'est facile de demander sans emballage ?

J'ai pris une fois un refus, il m'a un peu pris de haut mais j'avais pas envie de me battre mais sinon non je n'ai jamais eu aucun refus. Le problème c'est l'AFSCA mais il y a un mail qui tourne sur le groupe Facebook « vivons mieux, vivons belge » disant que les consommateurs avaient le droit d'apporter leurs propres contenants. Ce qu'il y a de bien à Liège c'est quand j'arrive au rayon

boucherie, mon compagnon mange toujours de la viande, ils me voient arriver, ils prennent mes bocaux et ils les mettent dans leur frigo et comme ça mes bocaux sont bien frais pour mettre la viande à l'intérieur.

Le zéro déchet est-il une forme d'anti-consommation ?

Je ne le vois pas comme une forme d'anti-consommation, non on sort du système de consommation mais on est toujours un peu dedans parce qu'on peut pas faire autrement. Pour mes filleuls par exemple pour les cadeaux on va pas leur acheter du seconde main, c'est un peu ce problème là. Moi je fais beaucoup moins de shopping qu'avant mais je ne pense pas que ce soit anti-consommation. C'est consommer différemment, mieux, local, équitable.

La dimension locale c'est important pour vous ?

Oui, quand on peut le faire, on le fait. Ici, il y a un magasin à Nalinnes qui s'appelle « D'ici » et c'est que des producteurs locaux, après pour les bananes c'est plus compliqué par exemple. Je ne suis pas prête à me priver de plein de choses. Je ne fais pas de concession sur le parfum par exemple, je ne vais pas arrêter d'en acheter, mon compagnon par exemple le dentifrice maison il peut pas et moi mon « péché mignon » c'est que je fais poser du gel sur mes ongles. Je crois qu'il ne faut pas être radicale, zéro déchet ce n'est pas une secte, les gens sont encore libres de faire ce qu'ils veulent et déjà de faire un petit effort. Moi j'ai contaminé pleins de gens autour de moi, les filles au boulot elles font attention, elles n'amènent plus leurs tartines dans de l'aluminium mais dans une boîte etc. C'est déjà un pas vers le zéro déchet.

Est-ce que le zéro déchet entraîne le minimalisme ?

Oui, j'ai vidé la maison ! Ma mère m'a parlé de Pierre Rabhi quand j'ai commencé ça et ça fait des années qu'elle regarde et qu'elle est intéressée par ça, je crois que ma mère est plus écolo dans l'âme qu'elle ne le pense. En regardant Pierre Rabhi, en s'intéressant et en voyant tous les blogs, j'en suis arrivée là. Donc j'ai vidé la maison et c'est vrai que l'on est mieux. J'ai une collègue qui m'a prêté « la magie du rangement » de Marie Kondo.

Ça vous a aidé ? Je sais que ce sont des conseils qui peuvent paraître assez extrêmes, peut être aussi parce qu'elle est japonaise et qu'il y a une différence de culture.

J'ai lu le livre et j'ai gardé quelques astuces mais c'est pas possible le reste. Au niveau des fringues j'ai fait un gros tri, je l'ai fait faire à mon compagnon aussi, on a fait une brocante pour essayer de se débarrasser d'un max de trucs, là il y a encore des trucs qui traînent dans le garage, et on se fait plaisir après, on s'est fait un super bon resto avec ce que l'on avait gagné à la brocante. On fait aussi du zéro déchet dans les cadeaux, pour notre anniversaire on essaie de ne plus s'acheter des trucs matériels.

Vous considérez-vous comme engagée ?

J'ai toujours été engagée dans plein de choses en même temps et maintenant je me focalise sur ce qui me paraît important, donc là en ce moment l'écologie ça me paraît important. J'ai regardé plein de reportages sur le réchauffement climatique et je me dis les gens s'en foutent.

Pourquoi avez-vous commencé votre blog ?

Je n'en ai aucune idée de pourquoi j'ai commencé. Je crois que c'est un peu lié à mon travail, les infirmières on est là pour transmettre nos connaissances, j'ai été prof donc j'avais envie de

transmettre, de booster un peu le mouvement. Sur Instagram ça décolle beaucoup en ce moment mais j'avais envie de m'engager dans un truc et d'en parler.

Je constate que le public est plus féminin. Est-ce que vous l'avez remarqué ? Vous l'expliquez comment ?

Ouais, il y a un garçon qui me suit sur Instagram sur plus de 500 personnes, c'est vraiment très féminin. C'est généralement les femmes qui font les courses et gèrent la maison donc je pense que ça s'explique comme ça.

Comment ça s'est passé quand vous êtes rentrée dans cette démarche ? Ça vous a demandé de prendre des habitudes ?

Ça a été très vite, la première fois il faut oser tendre le bocal et finalement ça se passe bien. Nous on va au supermarché et ça se passe super bien. D'habitude je fais le « self scan » pour pas qu'on m'ennuie et la caissière me dit « c'est vous qui faites vos courses dans les bocaux ? » et les retours sont ultra-positifs.

Principaux lieux fréquentés liés au zéro déchet : comparaison dans la mise en pratique entre la Wallonie et Bruxelles

On fait « Carrefour », on a tenté « Biocap » sur les courses complètes, le magasin « D'ici ». On va faire des courses pour quelques jours, généralement on y va le vendredi soir et dans la semaine je vais racheter deux, trois bricoles s'il faut et donc je vais dans le magasin où je sais qu'il y en a mais les premiers temps il a fallu tâtonner. A Liège, il y a « Vibio » aussi.

Et pour le vrac sec ?

C'est chez « Biocap », ou « Vibio ». Chez « D'ici » moi je prends uniquement des légumes et les yaourts consignés. Pour le lait en vrac, j'ai une machine distributeur, à 15 minutes de mon travail c'est le « Chat-lait », c'est en libre service, mais je bois moins de lait. Le marché on s'est dit qu'il fallait qu'on s'y mette mais on dort souvent.

Vous vous déplacez comment ? Vous pensez à des alternatives ?

En voiture. Mais c'est pas possible parce que j'ai pas des horaires réguliers et les gens qui vont travailler à Liège de Namur y en a pas tant que ça et puis je ne sais pas quand je finis donc pour ramener les gens c'est compliqué. Mais le vrac en connaissant ça roule, les premiers temps ça a été un peu compliqué mais maintenant je sais et puis j'ai fait du stock, j'ai des bocaux de lentilles (corail, normale etc.), j'ai deux bocaux de pâtes normalement ça va.

En termes de coût ? Vous trouvez que le vrac coûte moins cher ?

En fait, on mange différemment, pour nous deux on doit avoir un budget nourriture à 60€ par semaine je pense. Donc je pense que c'est moins cher qu'avant parce qu'on ne sait pas aller dans tous les rayons donc on n'est plus tenté d'acheter des petits gâteaux etc. Moi j'aime beaucoup cuisiner et faire de la pâtisserie. Pour faire du zéro déchet, c'est le seul moyen d'y arriver. En arrêtant de manger de la viande aussi.

Cuisinez-vous plus ?

Non parce que je cuisinais déjà beaucoup avant mais disons que quand on rentre et qu'on a faim c'est pas prêt tout de suite donc vu qu'on n'a pas les trucs tout prêts qu'on passe au micro-ondes. On mange un morceau de viande et des légumes alors qu'avant on aurait mangé une pizza congelée, on mange mieux, on fait les pizzas nous même.

Par rapport à la vie sociale ? Un choix compliqué ?

Au travail on me pose des questions tous les jours, « comment est-ce que je fais ça, et ça, comment c'est possible ». Il y en a qui me disent « c'est compliqué le zéro déchet mais bon moi je recycle beaucoup » mais le zéro déchet c'est pas une question de recyclage, j'essaie d'expliquer que le recyclage du plastique c'est un mauvais recyclage, que le verre c'est mieux. Ça a ouvert beaucoup de conversation. J'ai des conversations super intéressantes dans les magasins. Le « Chat-lait » par exemple, je l'ai trouvé par une de mes collègues donc c'est enrichissant pour moi et peut-être pour les autres.

Qu'est-ce que vous avez mis en place en premier ? Quelles sont les erreurs que vous avez faites ?

Les pailles dans les cocktails, j'avoue de temps en temps j'achète un paquet de chips. Je trouve que je m'en sors plutôt pas mal. Je suis toc-toc mais je suis un peu drastique, j'essaie de vraiment pas me laisser influencer. Mais c'est super les pailles et au restaurant les serviettes en papier.

Vous faites votre compost ?

J'ai la chance d'avoir une poubelle à compost qui est ramassée toutes les semaines, tous les lundis par Intradel, la société qui s'occupe des déchets à Liège.

C'est toutes les matières organiques ?

Oui donc même la viande, le poisson, on peut même mettre les langes d'enfant, la litière, les déchets jardins. J'ai acheté un extracteur de jus et j'essaie de garder tout ce qui ressort pour les mettre dans le jardin parce qu'on a planté les légumes. En fait, le compost je le congèle.

Vous trouvez ce principe bien ?

Oui c'est bien, les gens qui sont en appartement, un lombricomposteur franchement je n'aurai jamais fait, se retrouver avec des verres de terre dans la maison non. Je trouve ça bien mais le seul problème c'est l'été, c'est pour ça que moi je congèle parce que ça sent pas bon.

Comment vous faites pour faire du zéro déchet ?

J'ai ma panoplie, donc j'ai mes bocaux, des boîtes à œufs qu'on réutilise, des petits sachets en coton bio pour le vrac, on a un cabas en jute et avec ça c'est suffisant.

Vous allez avec vos bocaux dans les magasins et pour le vrac vous achetez avec les petits sacs ?

Oui et je transvase dans les bocaux à la maison. Et les légumes, quand on va au Carrefour on les met en vrac, on n'a pas besoin de beaucoup parce qu'on est que deux, on les met sur la balance, on sort le ticket, on les met dans notre sac et à l'intérieur du sac on colle tous nos tickets.

Qu'est-ce que vous aimeriez améliorer ? Qu'est-ce que vous voudriez mettre en place dans le futur ?

Maintenant ça va être au niveau de l'habitat. Je vais sûrement avoir besoin de faire isoler une partie de ma maison qui a été mal construite et j'ai envie de l'isoler en chanvre parce que c'est plus naturel. C'est vraiment au niveau de l'habitat en lui-même, d'avoir une maison en autosuffisance, ça serait le top. On a regardé, c'est pas dans la logique du zéro déchet, au lieu de faire construire il faudrait réhabiliter une vieille maison mais ça coûte aussi cher, voire même plus. J'aimerais bien avoir une maison avec des panneaux solaires, du photovoltaïque et une éolienne dans le jardin. On verra si c'est possible pour l'instant c'est un peu compliqué. Chez mon compagnon, on a le récupérateur d'eau de pluie, il est relié aux toilettes, le jardin on l'arrose avec ça même si on l'arrose pas souvent, la récupération des eaux grises je trouve ça aussi super et ça me fait rire parce que ma grand-mère le fait depuis des années.

Est-ce que vous faites vous-même certains produits ?

Je fais du savon avec des copeaux de savon, je fais mon déo, mon dentifrice, mon shampoing. Le maquillage c'est compliqué, j'ai la chance d'avoir une collègue qui est la fondatrice de « Parents-bio.com », elle a accès à plein de fournisseurs donc elle essaie de me trouver du maquillage végétal comme un crayon pour les yeux pour qu'on puisse le mettre au compost. Je n'ai trouvé que ça comme alternative, faire brûler des amandes pour faire son khôl moi ça me paraît trop compliqué. On peut aussi faire avec du charbon actif et un œuf, ça tient 15 jours mais j'ai des yeux super fragiles et je ne veux pas arrêter de me maquiller. J'ai trouvé la marque « Zao » que j'ai achetée dans un magasin à Liège je trouve ça pas mal parce que c'est végétal, certifié Ecocert, c'est avec des emballages en bambou et c'est rechargeable. Mettre du cacao mélangé avec de la cannelle sur la figure ce n'est pas possible. Par contre faire ma crème pour le visage oui, il m'en reste pour le moment parce que j'avais un stock, j'aurais pu ouvrir un magasin mais je suis à mon dernier pot et je vais aller acheter de la crème neutre en pharmacie et l'enrichir. Ça je veux bien faire par moi-même, ma meilleure amie est aromathérapeute donc ça va.

Le marché de l'occasion vous y avez recourt ?

Non, ça fait bien 6 mois que je n'ai pas fait de shopping, je ne suis pas contre mais pour l'instant ce n'est pas, on a beaucoup de travaux dans la maison donc c'est pas une de nos priorités et on préfère voyager que de s'acheter des fringues.

Vous êtes végétarienne ?

Oui, enfin je suis sans viande, être végétal je ne pense pas mais mon compagnon trouve que je deviens de plus en plus obsédée de la bouffe, je me dis qu'arrêter le poisson ça pourrait être pas mal mais c'est plus par rapport à l'esprit humanitaire. Je me dis que tout ce qu'on cultive pour donner à manger à des animaux pour qu'on les mange, il y a une étape de trop et voir les enfants qui crèvent de faim ça me brise le cœur. J'ai fait de l'humanitaire, je suis partie un mois en Roumanie pour faire de l'animation, c'était à l'époque du lycée, ça m'avait remis à ma place. Le greenwashing c'est terrible et les gens gobent tout. Maintenant que l'on n'a plus la télé, les pubs j'ai l'impression que c'est des sketches parce qu'on nous vend des trucs... Je relativise aussi, je me dis qu'on est des milliers à le faire dans le monde donc c'est déjà ça en moins.

Quel est votre ressenti général depuis que vous faites du zéro déchet ?

Je me sens carrément mieux et les gens me disent que j'ai l'air super épanouie dans ce que je fais et ça me passionne. Je me sens moins bête. Je vais avoir un article dans le journal de l'hôpital. J'ai contacté mon bourgmestre pour mettre des légumes dans la rue à la place des fleurs. J'ai envie de mettre un potager à l'hôpital, c'est avec la Fondation Belfius.

Entretien n°9 : Benoit, mercredi 8 juin 2016, de 21h00 à 22h30 via Skype

Age : 32 ans
Formation : Etude de journalisme (Bac+5)
Emploi actuel : Journaliste
Situation familiale : Célibataire
Domicile : Schaarbeek, colocation`
Zéro déchet : janvier 2016 – 6 mois

Qu'est-ce que le zéro déchet pour vous ?

Le zéro déchet c'est vraiment se mettre dans l'optique d'essayer de ne plus produire de déchets résiduels c'est-à-dire de déchet qui ne peut ni être recyclé, ni être composté, ni être réutilisé et qui est destiné à la décharge ou à l'incinération. C'est le spectre par lequel je l'envisage, mon objectif, je fais un peu comme Béa Johnson, j'ai mon contenant en verre dans lequel je garde tous mes déchets dont je ne sais rien faire en essayant que ce soit le moins possible. Après la notion du zéro déchet est beaucoup plus large parce que si on reprend la terminologie anglaise du mot « zero waste », il a deux significations en français en fait, chez nous ça se transforme en zéro déchet, zéro gaspillage, c'est aussi dans une optique de ne pas gaspiller à la fois les ressources, mais les objets, la nourriture, les vêtements.

Quand vous parlez de déchets résiduels, vous acceptez de produire des déchets recyclables ?

Je le tolère, l'idée c'est de ne plus en avoir non plus, puisque le recyclage n'étant pas une solution mais voilà ça arrive de toute façon, à ce niveau là c'est quasi-impossible à éviter. Par exemple, si je vais faire mes courses, je reçois un ticket de caisse de toute façon, j'ai toujours inévitablement un peu de papier, il y a deux optiques là-dessus, on peut laisser le ticket de caisse à la personne, moi je les garde pour me faire une idée de ce que je garde comme déchets recyclables. Je les comptabilise, j'ai un double tableau, de déchets résiduels et de déchets recyclables.

Qu'est-ce qui vous a fait connaître cette démarche ? Depuis quand vous êtes-vous lancé dans le zéro déchet ?

J'ai lancé tout le projet à Bruxelles en janvier et deux mois plus tard, j'ai dû déménager à Paris pour quelques mois mais je continue. Je suis journaliste de formation, j'ai toujours été intéressé par les documentaires, je trouve que ça peut être très puissant en termes d'histoire, de changement que ça induit etc. Parallèlement moi j'ai toujours été investi dans les questions d'environnement, sans raisons particulières, c'est quelque chose qui à la fois fait partie de mon éducation et de mes intérêts donc les deux se sont toujours combinés et très vite, j'ai regardé des documentaires sur l'environnement. La première fois où je suis tombé sur l'idée du zéro déchet c'était il y a très longtemps déjà, c'était un documentaire qui s'appelle « No impact man » et je trouvais ça hallucinant, j'étais vraiment surpris mais à l'époque je ne me suis pas dit je vais le faire, je devais être encore étudiant mais c'est resté dans ma tête. Après j'ai entendu parler de Béa Johnson donc petit à petit j'ai essayé de limiter un certain nombre de choses, en priorité le plastique que j'essayais d'éviter à tout prix et ce qui a vraiment déclenché l'idée du zéro déchet, de me dire que je pouvais aller plus loin c'était il y a à peu près 3 ans maintenant, je vivais en Nouvelle-Zélande, il y a une opération qui s'appelle « Plastic Free July » et qui vise pendant un mois à ne pas produire, acheter de plastique à usage unique. Ça m'a fait réaliser pas mal de choses, je faisais déjà beaucoup d'efforts mais en même temps si j'essayais de faire

mes courses comme je les faisais normalement et que je ne voulais pas du tout avoir de plastique, beh je ressortais avec trois produits et juste des fruits et des légumes en vrac. Ça m'a fait prendre conscience de la difficulté et en même temps ça m'a permis d'avoir des alternatives, de commencer à chercher où trouver une brosse à dent en bois, comment faire mon dentifrice, mon produit lessive etc. L'année suivante je l'ai refait et j'ai invité des personnes autour de moi à le faire et petit à petit je me suis dit qu'en fait il fallait que j'aille plus loin et j'ai commencé à faire le projet de me dire quand je rentre en Belgique, je vais faire ce projet-là et je vais essayer de vivre pendant un an sans produire de déchets. C'est vraiment dans une volonté écologique au niveau personnel. Après au niveau de ma démarche de communication extérieure, puisque je fais un blog, c'est aussi pour montrer que n'importe qui peut le faire, justement dans tous ceux que j'ai vu, Béa Johnson, Colin Beavan ou d'autres familles en France c'est souvent des familles, c'est souvent des gens qui ont une vie un peu plus « stable » et qui peuvent plus facilement maîtriser les éléments autour d'eux pour arriver à mettre tout ça en place, pour vivre vraiment zéro déchet. Moi j'avais envie de prouver qu'un jeune trentenaire qui vivait dans une coloc à Bruxelles, c'était tout à fait faisable aussi, d'autant plus que je ne suis pas un monstre d'organisation, donc si moi je pouvais le mettre, à priori n'importe qui peut le faire. Toutes les familles qui font ça, le schéma est presque toujours le même, c'est-à-dire qu'en général c'est une personne du couple qui décide de le faire et petit à petit l'impose à la famille, et la famille suit après ou pas. Par contre ce qui est intéressant là-dedans c'est que tu ressens potentiellement un soutien très proche et tu peux voir le changement de manière très concrète chez les autres et ça c'est un aspect très important c'est de ne pas se sentir tout seul, ce qui est souvent le cas quand tu te lances là-dedans, parce que même si tu te renseignes tu ne trouves pas toujours toute l'information dès le départ et tu peux vraiment avoir l'impression d'être tout seul et ça c'est pas évident. Mais quand tu sens que tu provoques le changement chez les gens autour de toi que ça soit famille, collègues ou amis beh tu te sens dans la bonne direction et ça t'aide à mettre des choses en place.

Pourquoi avez-vous commencé votre blog ?

J'avais l'impression de ne pas trouver d'informations sur tout ça en Belgique ça n'existait pas vraiment donc je me suis dit « il faut le faire » et c'est en le faisant que je me suis rendu compte que ça existait. On est quatre sur Bruxelles, c'est pas beaucoup mais l'avantage c'est que je pense que l'expérience du zéro déchet, même s'il y a des codes, des lignes de conduite, des règles pour y arriver, ça reste très personnel, ça reste dépendant de son rythme de vie, de là où on habite, même à Bruxelles ça peut changer d'une commune à l'autre comme par exemple moi à Schaerbeek, la commune reprend les déchets organiques mais c'est pas le cas à Ixelles.

Est-ce que le zéro déchet entraîne le minimalisme ?

Oui quasi nécessairement en fait, après tout dépend comment t'y arrives. Je pense qu'il y a plein de portes d'entrée au zéro déchet, mais les deux principales je dirais c'est l'écologie/bien-être en résumant et puis cet aspect minimaliste, les deux se télescopent à un moment ou à un autre mais tu peux être zéro déchet sans être trop minimaliste et tu peux être très minimaliste sans être trop zéro déchet, les deux sont possibles mais c'est évident que moi je suis devenu minimaliste par la force des choses aussi, parce que j'ai vécu à l'étranger, j'ai déménagé souvent, il faut arriver à faire tenir ses affaires dans un sac ou deux donc on apprend petit à petit à se détacher des objets, ça c'est certain. Après je n'ai pas de recul par rapport à ça, de savoir si c'est le zéro déchet qui m'a amené à ça, je ne suis pas sûr, je pense que c'est petit à petit, je me suis désengagé d'une certaine idée de la propriété, moins je possède mieux je me porte tant que j'ai accès à des services, que je peux faire les choses qui

me plaisent. C'est vrai que quand j'ai démarré le projet, je me suis débarrassé d'objets qui traînaient, ça peut aller d'ampoules à un vieux disque dur que je n'utilisais pas, des objets informatiques, des vêtements etc. des choses qui s'accumulaient chez moi, chez mes parents. Quand on a des objets qui ne sont pas utilisés chez nous, c'est ce que j'appelle des déchets en puissance, c'est une chose qui perd de la valeur, qui n'est pas utilisée alors qu'elle peut servir à des gens pendant encore des années et peut avoir une utilité. Il y a la question du déchet en fin de vie du produit, on achète quelque chose de neuf et il y a tous les déchets masqués que l'on ne voit pas, si on produit un ordinateur, un téléphone portable, 80% de l'impact écologique en terme de ressources, d'énergie etc. se situe à la fabrication du produit donc c'est évident que prolonger la vie de ces objets et racheter des choses d'occasion c'est mieux. Après particulièrement pour tout ce qui est produits de technologies, si on achète un produit de seconde main c'est peut-être parce que la personne à qui on le rachète va elle-même en racheter un neuf. Il y a plein de questions quand on rentre dans ce domaine, il n'y a pas de réponse absolue. Par exemple, j'ai des problèmes avec mon ordinateur parce qu'il est vieux, il a 7 ans et demi, se pose la question est-ce que j'en rachète un neuf où je sais qu'au niveau des ports ça va pouvoir être évolutif sur les 5-10 prochaines années ou est-ce que je rachète un truc de seconde main mais qui sera devenu plus ou moins obsolète d'ici 3-4 ans, donc ces questions se posent vraiment. Quand tu commences à penser aux impacts de tout, tu ne peux plus acheter des choses inconsciemment en fait ou de manière impulsive.

Le zéro déchet est-il une forme d'anti-consommation ?

Pas forcément d'anti-consommation, je pense que j'ai une vie très active, je continue à me nourrir, à aller au restaurant, à faire des sorties, des choses culturelles. Je participe aux produits de consommation de la société, j'essaie simplement que ces produits de consommation ne produisent pas de déchets et ne soient pas nocifs pour l'environnement mais voilà je ne vais pas acheter le truc dernier cri parce que la publicité nous dit de le faire donc en ce sens là oui mais je suis pour une consommation raisonnée.

Vous considérez-vous comme engagé ?

Oui je me considère comme engagé, le fait de faire un blog, c'était une manière de m'engager aussi vers l'extérieur et aussi pour ne pas me laisser la possibilité de me désengager, à partir du moment où j'ai à tout mes proches, 1200 personnes qui me suivent sur la page Facebook, je peux difficilement dire que j'arrête donc je me suis imposé de ne plus avoir le choix. Je me sens engagé parce qu'on m'a déjà invité pour des conférences, si j'ai la possibilité je le fais mais là je suis entre Bruxelles et Paris. Après il y a aussi une question, à partir du moment où tu t'es engagé publiquement, le projet commence à te dépasser, c'est-à-dire que ce n'est plus uniquement le tien et il te dépasse. Je ne cherche jamais à provoquer volontairement les conversations autour du zéro déchet, c'est juste qu'autour de moi une personne le sait et elle me pose une question là-dessus et les questions s'enchainent. La discussion vient forcément sur le tapis et ça provoque des questions, ça provoque une étincelle de changement chez certaines personnes. D'une certaine manière, que tu le veuilles ou non tu es engagé là-dedans, c'est ce que l'on appelle de la pédagogie par l'exemple, moi je n'impose rien à personne et je pense que la plupart des autres personnes n'a une volonté de dire « il faut faire comme ça », ils le font et se joint qui veut. J'essaie de m'investir au niveau associatif aussi, par exemple on est en train de monter « Zero waste Belgium » que ça ne devienne pas juste un blog personnel mais qu'on se rend compte que la société peut agir ensemble à ce niveau là sur certaines choses. En général, si je dois faire des courses, je prends mes sacs en tissu, mes Tupperware. Après trois fois, une habitude elle

est ancrée. La première fois tu te dis « il faut que j'aille au supermarché avec mes contenants » et tu les oublies. La deuxième fois tu les prends mais c'est peut être pas les bons, idéaux et puis la troisième fois, tu les prends et tout se passe bien et à partir de ce moment-là c'est devenu une habitude. En fait le zéro déchet c'est pas plus compliqué que l'interdiction des sacs plastiques, c'est toute une série d'habitudes à mettre en place qui sont exactement similaires à « je n'aurai pas de sac plastique à la fin de mes achats au supermarché » du coup il faut anticiper et c'est pas plus compliqué que de prendre un sac, un Tupperware ou un bocal et voilà.

Vous vous organisez comment ? Quels moyens sont mis en œuvre ?

A domicile, j'ai donc des bocaux en verre dans lesquels je mets mes produits secs, type pâtes, couscous, lentilles, céréales. Quand je vais faire mes courses, j'ai des sacs en tissu ou alors pour les fruits et légumes je les mets dans un grand sac où je les mets tous ensemble, puis pour tout ce qui est produits secs je les mets dans des sacs en tissu. Après pour tout ce qui est fromage, là je prends des Tupperware ou pour du yaourt que j'achète je prends un bocal en verre pour être sûr que ce soit bien hermétique. Pour les achats de tout ce qui est boisson, c'est là où il y a de grosses différences entre la Belgique et la France puisqu'ici les boissons ne sont pas consignées. En Belgique, il y a des consignes sur les bières par exemple et il y a sur certains, comme chez Colruyt ou Delhaize, vins il y a possibilité d'avoir des consignes, au marché des Tanneurs il y a des jus de fruit en bouteilles consignées. A Paris, il n'y a rien de consigné donc en fait je bois essentiellement de l'eau ou alors il y a certaines bouteilles que j'achète avec un truc qui se décapsule mais qui reste et que je réutilise après. Par contre je peux trouver plus facilement du vin en vrac ici à Paris mais pour la bière c'est plus compliqué. En France, il y a deux mesures qui pourraient drastiquement réduire les déchets, c'est par exemple l'instauration du compost ou la reprise des déchets organiques de manière organisée parce que ça fait 30% de déchets en moins, il y a aussi la taxe incitative, c'est-à-dire où tu paies en fonction du poids de tes déchets et après il y a la consigne, encore une fois à partir du moment où c'est une habitude.

Le projet pilote des sacs orange vous y participez ? Vous en pensez quoi ?

Je pense que c'est bien, de toute façon c'est pas la solution absolue mais ça fait partie du panel de solution, l'idéal c'est qu'un produit, avant ou après sa consommation, il faut qu'il voyage le moins possible, c'est-à-dire de consommer local et même chose organiser toute une tournée avec un camion qui va venir prendre tous les déchets pour les amener ailleurs etc. c'est pas nécessairement la meilleure solution, à priori la plus simple c'est de mettre ça dans son jardin maintenant tout le monde n'a pas un jardin, tout le monde n'est pas prêt à composter et donc dans ce sens là, c'est vraiment très bien. On a un lombri-composteur, ce qui permet de réduire beaucoup, sauf que tu ne peux pas tout mettre donc en fait c'est complémentaire, parfaitement complémentaire en privilégiant le lombri-composteur parce que déjà les déchets partent plus rapidement et ça va être déplacé etc. Si déjà à l'échelle de la région de Bruxelles on peut diminuer de 30% le poids total, ça serait énorme.

Vous faites plus attention à ce que vous achetez ?

Depuis que je me suis lancé là-dedans, c'est vrai qu'il y a des choses où j'ai pris conscience, j'essaie vraiment d'user jusqu'à la corde les fruits et les légumes que j'utilise, j'essaie vraiment de ne rien jeter, c'est les fanes des légumes, par exemple je garde certaines épluchures ou certains légumes par exemple les parties qu'on n'utilise pas d'un brocoli et je les congèle, et une fois que j'ai une masse suffisante, l'idée est de faire un bouillon de légumes pour faire des bouillon cubes en fait. C'est donc

de réutiliser tout ce que tu as pour avoir le moins de déchets possibles dans ta poubelle et c'est que tu commences à y gagner financièrement parce que tu récupères un maximum de truc.

Qu'est-ce qui a changé dès le début ? Qu'est-ce qui est le plus compliqué à mettre en place ?

Ce que j'ai vu très rapidement c'est l'absence de plastique, j'ai vraiment changé mes habitudes d'achat, aujourd'hui l'élément qui a changé le plus c'est que je vais excessivement rarement dans les supermarchés donc tous mes achats sont reportés vers des supermarchés en vrac, des magasins bio donc ça c'était un des premiers changements que j'ai mis en place. Après j'ai commencé à m'équiper, savoir quel était le bon récipient pour aller acheter ces aliments, au début je réutiliais des sacs plastiques ou en papier pour aller chercher mes produits secs et j'ai fini par faire mes propres sacs en tissu, j'en ai acheté aussi pour avoir un peu plus de réserve. J'ai aussi une période au début où j'ai vidé mes armoires, je me suis vidé de ce qui pouvait être des déchets potentiels et c'est aussi éviter que les déchets n'arrivent jusqu'à moi, par exemple mettre en place le stop pub, tous les courriers d'anciens colocataires n'arrivent plus jusqu'ici. Les déchets de papier, de publicité c'est une vingtaine de kilo par personne et par an quand on n'a pas le stop pub et qui arrive dans nos boîtes aux lettres, c'est déjà des trucs énormes. Il y a donc toute une série de choses comme ça que l'on peut mettre en place, et qui ne vont pas changer fondamentalement notre mode de vie et qui permettent de diminuer fortement ses déchets. Vu que j'étais dans une démarche que l'on peut qualifier « d'extrême », mon objectif était d'arriver à zéro, si je ne trouvais pas un produit, je ne l'achetais pas. Par exemple à Bruxelles, je trouvais du lait en bouteilles consignées, j'en trouve pas à Paris donc j'en achète plus, je fais sans, j'arrive à trouver des yaourts.

Principaux lieux fréquentés liés au zéro déchet ?

Mon lieu par excellence c'est le « marché des Tanneurs » parce qu'ils ont beaucoup de produits en vrac et ce qui permet d'acheter une grande partie de mes produits, c'est devenu mon supermarché, c'est l'endroit où je vais faire mes grosses courses une fois par semaine et pour le reste je vais chez « Färm » près de chez moi. Pour tout ce qui est produits laitiers, je vais sur le marché, soit à Flagey, soit place des Chasseurs Ardennais, c'est un peu les mêmes donc en fonction des jours. C'est ces trois là : avoir un marché, l'idée d'un supermarché et puis une petite supérette en cas de besoin et j'achète quand même des alcools en supermarché, des bières et vin que je trouve en bouteilles consignées. Pour tout ce qui est non-alimentaire, il y en avait un peu moins donc j'avais acheté un stock via Internet de bicarbonate etc. sinon il y a la droguerie Le Lion, c'est vraiment super parce qu'ils ont tout ce que tu peux imaginer qui peut servir pour faire des produits d'entretien, de beauté et pour le coup en vrac. Encore une fois, quand tu diminues tes besoins en terme d'achat, t'as pas besoin d'avoir un nombre de lieux très élevés.

Problématique du coût ?

La question du vrac est assez difficile parce que ce qu'il faut mettre en perspective c'est que ça revient moins cher à qualité équivalente par contre pour trouver des produits en vrac dans la grande majorité des cas, ce sont des produits bio donc par rapport à un Colruyt ça va revenir plus cher, maintenant il y a une dimension de ne pas gaspiller, on achète moins en fonction de ses besoins et qu'on est dans une démarche de zéro déchet global. Tout ça permet de faire diminuer le budget ou en tout cas se rapprocher d'un budget classique. Au mois de janvier, le mois où j'avais vraiment calculé, j'ai mangé quasi que bio, pour tous mes achats, même alcool compris ça m'a compté 68€ pour le mois, ce qui est rien pour manger des produits sains. En sachant que manger des produits sains ça a d'autres bénéfices

en terme de santé. Il faut aussi remettre ça dans un budget global, peut-être que ton budget nourriture va augmenter mais à côté de ça, tu vas être dans une démarche où tu ne vas pas acheter des conneries et ton budget complet lui va diminuer, il faut aussi se rendre compte qu'il y a 40 ans, notre budget bouffe il était de 30%, aujourd'hui il est en moyenne de 15%, on est dans une optique où l'on n'accepte pas de mettre beaucoup d'argent dans la nourriture parce qu'on a été habitué à bouffer de la bouffe industrielle à bas prix et que ça nous semble parfois très difficile de mettre volontairement le double du prix pour un produit qui est bio.

Cuisinez-vous plus ?

Oui et non. Je ne pense pas cuisiner plus directement mais la volonté est là oui parce que c'est plus compliqué d'acheter des produits transformés, si tu veux des crêpes, il faut que tu les fasses, tu les trouveras pas en vrac. Je ne peux pas dire que je cuisine plus mais c'est plus lié à mon rythme de vie qu'à un manque de volonté. J'achète des trucs à emporter et j'y vais avec mes propres contenants pour emporter.

Est-ce que le zéro déchet vous demande plus de temps ?

Non pas du tout, en plus maintenant je suis un peu organisé, j'ai mes lieux où je sais que je veux acheter, je l'anticipe et je prends mes contenants avec moi, donc ça me prend pas plus de temps. Là où ça me prend du temps par exemple parce que je l'ai pas fait souvent c'est faire ma lessive, ma recette de dentifrice mais elle va me tenir pour 6 mois donc quand on voit le temps qu'on passe tous devant la télé y compris moi, tu peux passer 15-30min, 1heure de plus sur ta semaine pour cuisiner ou préparer des produits, ou aller plus loin pour faire tes courses. C'est une question de choix et de priorités.

Par rapport à la vie sociale et votre vie en colocation c'est un choix compliqué ?

Non pas du tout parce que les gens autour de moi respectent tout à fait ce que je fais, ne se sentent nullement obligés de s'intégrer à ce projet-là même si ça leur parle ou pas, mais c'est clair que ça leur pose question. Pour le reste, je me suis déculpabilisé complètement d'aller chez des gens et de produire des déchets chez des gens c'est-à-dire c'est leurs choix et je ne vais pas refuser une invitation parce que je sais que le repas que j'aurai mangé, en réalité produit des déchets. C'était une grosse question au départ avant de me lancer dedans, je considère que ma vie sociale est plus importante.

Comptabilisez-vous la production de vos déchets par mois/an ? Vous arrivez à vous rapprocher du zéro déchet ?

Vu que j'étais en transit pendant un mois, que je n'étais pas chez moi, j'ai pas continué mais je garde quand même mes déchets donc j'ai une vision assez claire de ce que je produis mais j'ai pas tout comptabilisé. Les premières semaines je faisais ça au gramme près mais ça j'ai arrêté. Dans mon bocal, je n'ai pas grand chose, il y a un mois mes déchets de 4 mois tenaient dans mes deux mains.

Qu'est-ce que vous voudriez mettre en place dans le futur ?

Je pense que c'est sur l'aspect culinaire, la façon dont moi je cuisine c'est assez basique parce que j'ai pas tout, que j'ai pas eu le temps de faire les courses, mais encore une fois c'est parce que je suis en transit. J'envisage de faire une opération aux yeux parce que mes pots de lentilles font partie de mes déchets. Peut-être arriver à mieux m'organiser dans la question du voyage, là il va y avoir les vacances et je me demande comment je vais l'anticiper. J'aimerais finaliser ma garde-robe, je me suis déjà débarrassé d'une partie de mes vêtements mais j'aimerais avoir un truc un peu mieux organisé à la fois

avoir moins de vêtements et les utiliser de manière combinée mais ça c'est un truc qui se construit sur le long terme.

Achetez-vous des produits de seconde main ?

J'achète tous mes vêtements en seconde main, je n'ai pas forcément envie d'acheter des vêtements éthiques sauf pour la question des sous-vêtements.

Quels produits vous faites vous-même ?

Je fais ma lessive, mon dentifrice pour l'instant c'est tout, aussi parce qu'en terme d'hygiène j'ai diminué mes besoins. Je pratique ce qui s'appelle le « no-poo », ça fait à peu près 3 ans que je ne me suis pas lavé les cheveux avec du shampoing donc du coup j'ai pas besoin de ça. J'utilise du savon en pin, pour le déodorant j'en utilise quasi pas sinon j'utilise de la pierre d'Alun donc mes besoins sont très restreints.

Vous ne m'avez pas parlé de boucherie, ni de viande, est-ce que vous êtes végétarien ?

Je suis dans une démarche, je suis flexitarien, je mange volontairement moins de viande, ça me facilite la vie de ne pas devoir en acheter donc en général quand je mange de la viande c'est à l'extérieur. Ce que j'achète de temps en temps parce que j'aime vraiment bien c'est du saucisson mais ça s'arrête plus ou moins là. Je mange de la viande entre deux-trois fois par semaine.

Est-ce que les banques alternatives, les monnaies locales ce sont des choses qui vous intéressent ?

Ça fait des années que j'ai un compte d'épargne à la « Triodos » et donc je mets la plupart de l'argent d'épargne que j'ai, je le mets là-dessus pas tellement pour ce que ça rapporte plus parce qu'effectivement l'argent qui dort, que tu n'utilises pas a un impact en terme de CO2 énorme et que la plupart des personnes ignorent complètement. Maintenant je m'intéresse aussi aux autres alternatives, j'aimerais bien avoir un compte courant pour une banque qui ait les mêmes références et je suis coopérateur de « Neebew », pour l'instant ils n'ont pas la possibilité de faire des comptes courants mais ils ont commencé à faire des produits donc là j'ai une carte de crédit rechargeable par contre ce qui est intéressant c'est qu'elle est virtuelle. La mode de vie zéro déchet, la démarche zéro déchet c'est aussi quelque part reprendre en main sa consommation, devenir acteur de sa consommation et moi je le conçois comme ça. Tu apprends à te libérer de certaines contraintes et à refaire des choix.

Autre chose à ajouter ?

Il y a plein de portes d'entrée en fait pour le zéro déchet, chacun y vient au départ pour trouver ce qui l'intéresse et puis en mettant un pied dedans, tu te rends compte qu'il y a plein de choses à prendre auxquelles tu n'avais pas pensé avant. Il n'y a pas forcément besoin d'être au départ un écologiste convaincu pour commencer à faire du zéro déchet. Béa Johnson elle n'est pas écolo mais voilà elle a créé un système, un mouvement. Chacun peut le faire à sa manière.

Béa Johnson ?

Ça a été une des premières à codifier le système ou le mode de vie zéro déchet et elle le fait aussi depuis longtemps, 7-8 ans je crois du coup elle a vraiment un retour sur expérience. Elle a été médiatisée et du coup ça crée un personnage aussi, elle est facilement identifiable et son bouquin est intéressant. Je pense qu'il y a un besoin de personnification pour raconter une histoire de manière générale, le zéro déchet n'y échappe pas, c'est pour ça par exemple que les blogs fonctionnent aussi bien, les gens ont besoin de se dire « c'est un humain qui se met au zéro déchet », la communication est beaucoup plus facile.