

[Animation] Comment ÉCO-consommer ? Une méthode en 3 étapes ^[1]

Comment éco-consommer au quotidien ? Lors de cette animation, on explore une méthode en 3 étapes, avec les questions importantes pour guider ses réflexes et ses achats.

Type de prestation

- Animation - conférence pour votre public / groupe
- Durée : 2h
- Pour un public adulte

Résumé

Chacun•e peut agir au quotidien pour protéger l'environnement et sa santé. Les gestes d'éco-consommation sont variés et nombreux. Mais on se pose souvent des questions... Par quoi commencer ? Est-ce que le produit que j'achète est vraiment écologique ? Que puis-je faire plus ?

Après avoir clarifié les enjeux environnementaux, on approfondit la méthode ÉCO : un aide-mémoire en 3 lettres et quelques questions. De quoi y voir plus clair, découvrir les bons réflexes et agir au quotidien pour rendre sa consommation plus écologique !

> Cette animation-conférence est proposée dans le cadre de notre campagne « [Me raconte pas de salades ! 9 objets écolos à l'interrogatoire](#) ^[2] ».

Objectifs

- Prendre conscience de l'impact global que nous avons sur notre environnement avec le concept d'empreinte écologique.
- Identifier les actions que l'on peut mettre en place, avec des exemples concrets.

Contenu

Introduction

- écoconso en deux mots.
- Pourquoi faire attention à l'environnement ? Remise en contexte avec l'empreinte écologique, le jour du dépassement et l'économie du donut.
- Le principe de l'éco-consommation.

La méthode ÉCO :

- **Éclaircir** ses besoins avant tout achat. Est-ce que j'ai besoin de ce produit ? Qu'est-ce qu'il m'apporte réellement ? Y a-t-il une alternative plus écologique ? Ou quelque chose que j'ai déjà chez moi ?
- **Choisir** la version la plus durable du produit ou du service. Quel est le meilleur produit, celui qui a le moins d'impact sur l'environnement ? Où a-t-il été fabriqué et dans quelles conditions ? Est-ce qu'il consomme beaucoup d'énergie ? Est-ce que je peux suivre des labels ? Est-il réparable ? Est-ce que je peux le trouver en seconde main ?
- **Optimiser** l'utilisation pour réduire les impacts. Comment bien entretenir ou réparer le produit ? Comment l'utiliser de façon écologique ? Est-ce que je peux éviter de le laisser en veille ? Comment le transformer s'il n'est plus utilisable ? Ou comment s'en débarrasser dans la bonne filière de recyclage ?

Chaque étape est illustrée avec des exemples concrets dans différentes thématiques (énergie, alimentation, déchets...). Quelques objets qui ont l'air écolos sont aussi proposés, mais le sont-ils vraiment ? On mettra la méthode à l'épreuve et on sera attentif au greenwashing (plus d'infos ici : <https://www.ecoconso.be/salades> [2]). Différents indices seront utilisés pour chaque objet afin de nourrir la réflexion (par exemple : des microplastiques dans le cas du pull en polaire recyclée).

Nombre de personnes

Illimité. En dessous de 20 personnes, l'animation est interactive (discussion en direct, jeux). Au-delà de 20 personnes, l'animation consiste en un exposé avec session de questions-réponses à la fin.

Matériel nécessaire

- Vidéoprojecteur (nous pouvons l'amener si besoin, merci de le préciser)
- Écran de projection ou mur blanc
- Chaise(s) et table(s)
- Rallonge électrique avec multiprise

Infos pratiques

> Voir : [Tarif, réservation, infos pratiques](#) [3]

Mots-clés :

[Empreinte écologique](#) [4]

[comportement de consommation](#) [5]

Des réponses personnalisées à vos questions : 081 730 730 | info@ecoconso.be | www.ecoconso.be

Liens

[1] <https://www.ecoconso.be/fr/content/animation-comment-eco-consommer-une-methode-en-3-etapes>

[2] <https://www.ecoconso.be/salades>

[3] <http://www.ecoconso.be/fr/content/des-animations-conferences>

[4] <https://www.ecoconso.be/fr/mots-cles/empreinte-ecologique>

[5] <https://www.ecoconso.be/fr/mots-cles/comportement-de-consommation>