

Des Fêtes écoresponsables?

Les Fêtes approchent et également la fébrilité que cette période nous apporte. La planification aussi. Nous pensons aux cadeaux à faire à nos enfants, à nos proches, aux festivités à préparer, aux décorations de Noël, etc. Les fêtes de fin d'année sont un moment pour se retrouver en famille ou entre amis, de festoyer, de se reposer et on peut faire le tout dans la simplicité en causant moins d'impact sur l'environnement et sur notre portefeuille.

L'idée est de prendre conscience que même si cette période apporte de la joie, de belles rencontres, elle est aussi une période qui génère une grande quantité de déchets. Selon la Fondation David Suzuki, durant l'ensemble des célébrations entre fin novembre et début janvier, les déchets ménagers augmentent de plus de 25 % en raison du gaspillage alimentaire supplémentaire, des emballages et des articles mis au rebut lorsqu'ils sont remplacés par des versions plus récentes reçues en cadeau.



Commençons avec les décorations que nous voyons apparaître peu après l'Halloween, quand ce n'est pas avant! D'abord, la fameuse question, à savoir ce qui est le plus écologique entre un sapin naturel et un sapin artificiel. Si vous optez pour un sapin naturel, essayez d'acheter d'un producteur local et, si possible, de le composter après les Fêtes. Notre Régie intermunicipale des déchets¹ a des points de dépôt dans la région, les plus

près étant à Sainte-Cécile et à Gentilly. (Voir la note à la fin de l'article pour l'adresse internet). Si vous choisissez un sapin artificiel, Recyc-Québec mentionne que pour qu'un sapin artificiel soit aussi écologique qu'un sapin naturel, il doit être utilisé pendant vingt ans, car il est généralement fabriqué d'acier et de plastique et provient souvent d'Asie.

Ensuite, les décorations et guirlandes. Celles qui sont lumineuses consomment beaucoup d'énergie. Privilégions d'abord ce que nous avons. Si nos lumières de Noël ne fonctionnent plus, recyclons-les correctement. Et si vous vous en procurez de nouvelles, choisissez les ampoules DEL. Elles coûtent plus cher à l'achat, mais durent plus longtemps et utilisent de 70 à 90 % moins d'énergie. Utilisez une minuterie pour que vos lumières ne soient allumées que lorsque cela est nécessaire. On peut également miser sur des éléments décoratifs non lumineux. On peut aussi fabriquer des décorations en famille et en faire une activité créative et joyeuse.

Deuxièmement, abordons le cas des cadeaux et commençons par l'item lui-même. C'est peut-être une chose à repenser. Nous pouvons partir de nous. Combien de fois avons-nous reçu un cadeau que nous avons utilisé une ou deux fois ou même dont nous ne nous sommes jamais servis ? D'autres possibilités existent : un billet pour un spectacle, une carte-cadeau pour un repas dans un restaurant, un abonnement à une revue. Ou encore, dépendant de notre disponibilité, offrir un service. Si nous choisissons un cadeau, pensons aux échanges qui minimisent le nombre de cadeaux. Et pour l'achat, privilégions les commerçants et les marchés de Noël de notre région où nous pouvons acheter d'artisans et producteurs locaux.

Avec le cadeau, vient l'emballage, lequel génère beaucoup de déchets car la grande majorité du papier d'emballage n'est pas recyclable (spécialement celui qui est métallique). D'abord, est-il vraiment indispensable ? Est-il possible de privilégier une boîte ou un sac-cadeau que l'on pourrait réutiliser ? Et si l'on tient à ajouter un ruban ou un chou décoratif, essayons de réemployer ce que nous avons déjà. Et évidemment, gardons ceux que nous recevons.



Nous passons maintenant à table... Les repas des Fêtes riment souvent avec des tables débordantes de nourriture. Peut-on planifier judicieusement les quantités de nourriture nécessaires ? Est-ce que tout ce qui ne se mangera pas peut se garder pour être mangé plus tard ? Mis au frigo assez rapidement pour ne pas perdre sa fraîcheur ? Est-ce que des invités peuvent repartir avec un surplus de nourriture ? Le but, encore ici, est de limiter le gaspillage alimentaire car malheureusement, cette période rime souvent avec surabondance de nourriture. Si nous voulons aller plus loin pour l'écologie et pour notre santé, nous pouvons offrir des options végétariennes à notre menu. Nous réduisons ainsi la viande qui a une empreinte écologique évidente et nous soulageons notre système digestif...

Tout ce que nous avons abordé plus haut a un impact sur l'environnement mais cette période en a également un sur notre portefeuille... Car cette période du temps des Fêtes rime également avec dépenses accrues. En cette période d'incertitude économique, c'est peut-être justement le temps de repenser à la façon dont nous voulons vivre cette période. Est-il nécessaire de s'endetter pour avoir du plaisir ou pour apprécier cette période ? Heureusement, les alternatives à la surconsommation permettent non seulement d'économiser de l'argent, mais aussi de réduire notre impact sur la planète. Le meilleur des fêtes provient de la richesse que nous créons grâce aux relations avec les autres et avec la nature.

Sur ce, nous vous souhaitons un Joyeux temps des fêtes

1. La Régie intermunicipale de gestion intégrée des déchets Bécancour-Nicolet-Yamaska (RIGIDBNY)
<https://www.rigidbny.com/wp-content/uploads/2024/10/Collecte-Sapins-2025.pdf>

Sources :

1. Le guide pour des fêtes écoresponsables, Recyc-Québec, <https://www.rigidbny.com>
2. Guide pour un temps des fêtes écologique, Fondation David Suzuki,
<http://fr.davidsuzuki.org/mode-de-vie/guide-pour-un-temps-des-fetes-ecologique/>