

## Comment consommer de façon plus responsable et écologique?



**RICHARD Jr LUEMBA**  
Compo-Haut-Richelieu  
Collaboration spéciale

À l'heure où la surconsommation est de plus en plus remise en question, revoir nos habitudes d'achat devient un levier concret pour réduire notre empreinte environnementale et mieux gérer nos ressources. Derrière chaque produit se cachent des matières premières, de l'énergie, du transport et du travail humain. Consommer autrement, c'est donc aussi reconnaître la valeur réelle des biens qui nous entourent.

Avant de passer à la caisse, il est essentiel de prendre un moment pour se poser la question : cet achat est-il réellement nécessaire? Combien de fois avons-nous cédé à l'envie d'un vêtement presque identique à ceux déjà présents dans notre garde-robe — comme un chandail noir de plus? En réfléchissant davantage à nos besoins réels, il devient possible d'éviter les achats impulsifs ou superflus, souvent dictés par les tendances, la publicité ou les promotions alléchantes. Planifier ses achats, dresser une liste et s'y tenir permettent non seulement de consommer moins, mais aussi de reprendre le contrôle sur ses choix de



Réparer ou faire réparer sollicite la créativité et offre une option moins coûteuse et plus durable.

consommation.

### OFFRIR UNE SECONDE VIE

Lorsqu'un besoin se fait sentir, il vaut également la peine de se tourner vers ce qui existe déjà. Réemployer, c'est offrir une seconde vie aux objets et aux vêtements que l'on possède, tout en réduisant la quantité de matières envoyées à l'enfouissement. Un bouton manquant, une fermeture éclair capricieuse ou un petit trou ne devraient pas être synonymes de mise au rebut.

Réparer ou faire réparer demeure une option accessible, souvent moins coûteuse

qu'un remplacement, et nettement plus durable. La créativité peut aussi être mise à contribution : transformer, ajuster ou détourner un objet de sa fonction initiale permet non seulement de réduire le gaspillage, mais aussi de développer un attachement plus fort à ce que l'on utilise au quotidien.

### REPENSER SES CRITÈRES D'ACHAT

Dans la même optique, les achats de seconde main gagnent en popularité, offrant une solution à la fois économique, écologique et sociale.

Et lorsque l'achat de neuf s'avère inévitable, revoir ses critères de sélection devient primordial. Miser sur des produits de qualité, conçus pour durer dans le temps, contribue à freiner le cycle de remplacement rapide et la culture du jetable. Favoriser les entreprises d'économie sociale, les commerces locaux et les petites entreprises s'inscrit également dans une démarche responsable, en soutenant l'économie régionale et en réduisant l'empreinte carbone liée au transport des marchandises. Ces choix encouragent des modèles d'affaires plus humains et plus durables.

Enfin, privilégier des produits fabriqués de manière éthique, à partir de matières recyclées et respectueuses de l'environnement, de la santé et des conditions de travail des personnes impliquées dans la chaîne de production, permet d'avoir un impact positif bien au-delà de l'acte d'achat. Chaque décision, aussi petite soit-elle, envoie un signal clair sur le type de société que l'on souhaite bâtir.

Adopter ces pratiques au quotidien, c'est faire le choix d'une consommation réfléchie et responsable. C'est aussi un geste concret pour réduire le gaspillage, préserver les ressources naturelles et contribuer, collectivement, à un avenir plus durable.