



Bonnes pratiques pour la préservation et la protection de l'environnement / les 5R

A- le cours

Objectifs du cours

L'objectif général de ce cours est de permettre aux jeunes de connaître les bonnes pratiques pour la préservation et la protection de l'environnement.

Plus spécifiquement à la fin de ce cours, le jeune devrait être capable de :

- Définir les 5R ;
- Citer les comportements à adopter pour la préservation et la protection de l'environnement.

Introduction

Tout ce que nous mangeons et buvons provient de la nature. Nous vivons d'elle Protéger l'environnement, c'est donc préserver la survie et l'avenir de l'humanité. Pour le faire, adoptons les 5R qui sont un ensemble d'écogestes qui nous aide à préserver et protéger l'environnement: Refuser, Réduire, Réutiliser, Recycler, Restaurer la terre.

1. Refuser

Refuser ce qui ne protège pas l'environnement. Refuser de détruire le couvert végétal par la coupe abusive du bois. Refuser d'utiliser de l'engrais chimique qui appauvrit le sol. Refuser d'acheter ou de consommer des produits qui ne sont pas naturels et bio. Refuser le braconnage et les produits du braconnage etc.

Refuser de produire des déchets. Le meilleur déchet est celui qu'on ne produit pas. Nous devons refuser de prendre ou d'acheter ce dont nous n'avons pas besoin. Nous devons refuser de jeter les ordures n'importe comment dans la nature...

Refuser de se laisser influencer par les publicités ou par la mode : grâce à cela, nous n'allons plus acheter toutes ses choses inutiles qui ont l'air « absolument importantes » pour nous.

Astuces pour « refuser » :

- Ne pas prendre les choses dont on n'a pas besoin,
- Glisser une gourde dans son sac pour éviter le recours aux sachets d'eau.
- Toujours avoir sur soi un sac pour transporter nos achats.

2. Réduire

Réduire notre exploitation des ressources naturelles et notre production de déchets pour préserver notre environnement et améliorer notre cadre de vie en réalisant de sérieuses économies.

Réduire notre consommation d'électricité en préférant des ampoules et des appareils écologiques qui consomment moins d'énergies. Prendre l'habitude d'éteindre complètement les appareils et les ampoules lorsqu'on quitte une pièce. Installer des plaques solaires, ...

Réduire notre consommation de carburant en allant à pied ou à vélo pour les petites distances, en faisant du covoiturage, en utilisant plutôt les transports publics que la voiture etc.

Réduire les achats : acheter moins, mais de meilleure qualité : un beau produit en matériaux sains dure plus longtemps. Donner les vêtements en trop (l'article donné n'aura pas besoin d'être produit).

Réduire le gaspillage de l'eau. L'eau est une ressource très précieuse qui devient souvent une denrée rare. Il convient donc de l'utiliser de manière rationnelle : en évitant d'utiliser l'eau directement au robinet, en évitant d'arroser les plantes aux heures chaudes afin de limiter l'évaporation, en utilisant des techniques de rationalisation de l'eau etc.

Quelques astuces pour « réduire ses déchets » :

- Organisez-vous et achetez seulement la quantité dont vous avez besoin,
- cultivez en milieu urbain : cela permet d'avoir des aliments à portée de main et donc de réduire les achats. Il est encore plus écologique (et moins coûteux) de planter soi-même ses graines, même avec peu d'espace.



3. Réutiliser

Réutiliser un produit, c'est lui trouver un nouvel usage sous sa forme d'origine. Il ne s'agit donc pas de recyclage mais de prolonger la durée de vie de ses biens. C'est choisir des contenants réutilisables en matériaux durables (verre, tissu, métal/inox).

Réutiliser c'est privilégier autant que possible, du matériel d'occasion plutôt que d'acheter du matériel neuf. Réutiliser c'est opter de réparer un bien endommagé plutôt que de le jeter.

Quelques astuces pour « réutiliser » :

- offrir ses vieux meubles, vêtements, vaisselle, etc. qui sont encore en bon état.
- Opter pour des objets réutilisables à longue durée de vie plutôt que les jetables, préférer un panier ou un sac en tissu pour faire le marché plutôt que les sachets.

4. Recycler

Recycler, c'est transformer des choses dont on n'en a plus besoin en des choses dont on a besoin. C'est par exemple, transformer les planches en un jardin en pyramide ou en un bac à compostage, des vieux vêtements en une grande couverture pour les nuits froides, deux bidons de coca cola en une trousse d'écolier etc.

Recycler, c'est réduire le volume de déchets et donc de la pollution qu'ils causeraient. Il existe une infinité de possibilités de recyclage.

Recycler c'est œuvrer à la préservation des ressources naturelles, puisque la matière recyclée est utilisée à la place de celle qu'on aurait dû extraire. Par exemple :

- 1 tonne de papier/carton recyclée économise 1,7tonnes à 2,4tonnes de bois, c'est la forêt qui est préservée.
- 1 tonne de plastique recyclée permet d'économiser entre 1,2 et 1,5 tonnes de pétrole.



Quelques idées pour « recycler » :

- rechercher les centres de recyclage pour offrir vos déchets recyclables.
- rechercher des idées de recyclage avec des amis ou sur internet. Il existe beaucoup de vidéos qui montrent comment recycler facilement un certain nombre de choses.



5. Restaurer la terre

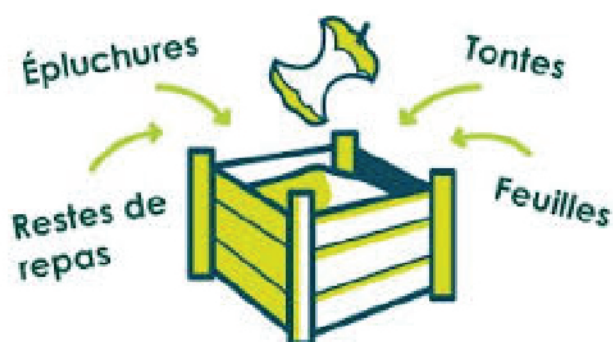
Restaurer la terre : c'est choisir des pratiques qui donnent vie à la terre. C'est rendre à la nature sa richesse. Cela peut se faire grâce au compostage.

On peut composter : les épluchures de fruits et légumes, les restes de repas et tout autre déchet organique. Ces déchets se décomposent naturellement et rendent à la terre leurs nutriments. Le compost peut être utilisé pour nourrir les plantes au sein même de l'habitat ou dans les champs. Le compost peut être vendu.

Restaurer la terre c'est aussi adopter de bonnes pratiques agricoles : mise en place d'ouvrages de conservation des eaux et des sols ; de défenses et de restauration des sols (CES/DRS) à savoir: les cordons pierreux, le zai, les demi-lunes et le compostage.

Restaurer la terre, c'est contribuer à régénérer la nature grâce à des reboisements, à la Régénération Naturelle Assistée (RNA), à l'agroforesterie etc.

Quelques astuces pour « restaurer la terre»:



- Installer tout un composteur dans son foyer,
- Planter des arbres.

Jeter? Oui mais, le peu qu'il restera.

Jetons de manière responsable ! Jetons les déchets dans des poubelles. Ne jetons plus nos ordures n'importe où dans les rues, dans nos lieux de vie. Quand il n'y a pas de poubelles à proximité, gardons nos ordures dans un sac jusqu'aux poubelles.

Jetons de manière écologique ! Déchargeons nos poubelles dans les décharges aménagées par la municipalité ! Sinon, envoyons les dans les centres d'enfouissement techniques (CET) ou dans les Centre de Traitement et de Valorisation des Déchets (CTVD).

Conclusion

Les 5R, avec de la volonté, deviennent vite une nouvelle façon de consommer responsable. Ce qui est chouette avec une telle démarche c'est que toute contribution aussi petite soit-elle va aider réellement. Cela ne demande rien de particulier, juste de se prendre par la main et d'enclencher une action, et de s'engager. C'est simple ! Il suffit de se poser tout le temps les questions suivantes : en ai-je vraiment besoin? Pour combien de temps? Combien de fois? Est-ce jetable/réutilisable/recyclable/dégradable? Etc.

Sitographie :

<http://chimistes-environnement.over-blog.com>

<http://chimistes-environnement.over-blog.com/article-100-facons-de-protger-l-environnement>

<https://www.encyclo-ecolo.com>

<https://compost.ooreka.fr>

<https://www.abcdubac.com/compostage-domestique>

<https://www.arrondissement.com/tout-get-document>

<http://www.vivaveg.ch>

<https://pomango.wordpress.com/2017/04/18/protgeons-notre-planete-la-regle-des-5r/>

<https://www.happyfitness.ca/publications/2018/4/5/les-5-r>

<https://zerowastehome.com/>

B- Les questions sur le cours

Q1 Qu'est-ce que les 5R ?

- a) replanter, reboiser, reverdir, refaire, recueillir
- b) refuser, réduire, réutiliser, recycler, restaurer la terre.
- c) retirer, repartir, revenir, reprendre, redonner

Réponse = b ✓

Q2 Comment refuser de nuire à l'environnement?

- a) en refusant de cueillir les fruits des arbres
- b) en faisant la grève de la faim
- c) en travaillant à préserver et protéger la nature en respectant les 5R

Réponse = c ✓

Q3 Que doit-on faire pour économiser l'eau ?

- a) faire des bassins de retenue d'eau
- b) ne pas arroser les plantes quand il fait très chaud
- c) construire une grande piscine à domicile

Réponse = a et b ✓

Q4 Quels sont les déchets que l'on peut composter ?

- a) les restes de repas, les épluchures de légumes, les feuilles mortes des arbres
- b) les déchets électroniques
- c) les sachets noirs, les bidons d'eau vides.

Réponse = a ✓

Q5 : Pourquoi doit-on protéger l'environnement ?

- a- parce que l'on n'a rien d'autre de bon à faire.
- b- parce que protéger l'environnement, c'est préserver la survie et l'avenir de l'humanité.
- c- parce que c'est un héritage que l'on doit léguer aux générations futures.

Réponses = b et c ✓

de faire de la transition vers l'économie verte une réalité dans les meilleurs délais possibles.