

# Parisien·nes en vert et contre tout !



Trier ses déchets, réduire ses consommations d'énergie, acheter en seconde main, adapter son mode de transport... l'inventaire des « gestes pour le climat » est bien connu. L'urgence et la nécessité de changer nos pratiques s'imposent désormais avec évidence, à part sans doute pour la frange irréductible des climatosceptiques, mais là on n'y peut pas grand-chose...

Mais la mise en pratique de nos convictions écologiques nous laisse assez démunies. Non pas incroyables, mais démunies face à une responsabilité planétaire qui nous dépasse. Les discours des responsables politiques et des expertes n'y changent rien. Ils résonnent même comme des injonctions un peu surplombantes qui alimentent notre culpabilité plutôt que nos envies d'agir. Pire, nous pourrions même être tentées d'enfourner la litanie de ces « gestes simples » dans une benne à tri sélectif en attendant que ça passe. Effet « *don't look up!* » garanti.

Partant de ce constat, nous avons fait écrire des Parisiennes et des Parisiens habitant le 20<sup>e</sup> arrondissement sur leurs pratiques écologiques très quotidiennes. Comment cela se passe concrètement ? Comment adaptez-vous vos modes de consommation ? Les avez-vous réellement changés ? Quelles entorses vous autorisez-vous ? Et l'argent dans tout ça ? Être écolo comme manger bio, est-ce accessible à tout le monde ? Un peu de culpabilité ou d'éco-anxiété ?

Au fil d'ateliers d'écriture animés par les journalistes de la Zone d'expression prioritaire, chaque participant·e s'est prêté·e au jeu pour nous donner à lire son expérience concrète de l'écologie.

Vous avez entre les mains et sur les grilles du parc de Belleville le résultat de cette aventure éditoriale. Ces récits nous ont intéressés, surpris, amusés, émus ou parfois même agacés. Sans filtre ni langue de bois, ils nous racontent par le détail le sentiment de culpabilité ou d'impuissance, l'envie de bien faire ou le désir de changer. Ils renversent ou déconstruisent quelques idées reçues. Ils nous éclairent sur les pratiques mais aussi sur les possibles et nécessaires réinventions de nos relations à l'environnement.

**Emmanuel Vaillant**

Directeur de la Zone d'expression prioritaire



# Éco- coupables

# Je manifeste, et après ?

**Nina est une enfant du changement climatique. Elle a battu le pavé lors des marches pour le climat, comme des millions d'autres jeunes autour du globe. Mais dans son quotidien d'étudiante, son engagement écologique s'étiole.**

« Et un, et deux, et trois degrés : c'est un crime contre l'humanité ! » Ces slogans résonnent encore dans ma tête plus de cinq ans après. En 2019, comme beaucoup de jeunes, j'ai manifesté pour le climat. Pourtant, j'ai le sentiment que presque rien n'a changé depuis. J'ai été sensibilisée à la crise écologique et j'ai grandi avec. Mais comme beaucoup, j'ai perdu espoir. Parce qu'autour de moi, peu de personnes ont réellement une conscience écologique et l'appliquent dans leurs gestes quotidiens. Moi la première.

Au fil du temps, j'ai réduit mon propre engagement. J'ai l'impression que mes efforts et ceux de mes proches ne valent rien face à l'ampleur de cette crise. Certes, je continue à trier mes déchets. Je réfléchis à deux fois avant de prendre l'avion. J'essaie d'acheter en seconde main et je revends ce que je ne porte plus. Malgré tout, la réalité me rattrape. Vivre seule m'a fait renoncer à certains gestes écolos que m'ont transmis mes parents. Le gouffre de la surconsommation suscite une tentation énorme à laquelle je cède souvent. Quand je suis chez Zara, c'est toujours la même chose quand je trouve un vêtement qui me plaît. D'un côté, j' imagine mon père d'un air dépité me dire : « Encore un achat super

“J'ai l'impression que mes efforts ne valent rien face à l'ampleur de la crise écologique.”

utile ! », avec un fond d'ironie et une forme d'attendrissement. Il sait que cet achat, aussi compulsif soit-il, me fait plaisir. De l'autre, je vois ma sœur se réjouir de ce vêtement qu'elle pourra bientôt m'emprunter. Je finis par céder. Je n'avais pas vraiment besoin de cette robe. Elle a été confectionnée à l'autre bout du monde. Elle n'est pas d'une grande qualité et elle aggrave mon bilan carbone. C'est triste mais le plaisir que j'ai à l'imaginer dans mon dressing dépasse ma conscience écologique. C'est la même chose pour les voyages. Deux onglets sont ouverts sur mon ordinateur : les sites SNCF et EasyJet. Je navigue de l'un à l'autre comme s'ils étaient en duel. J'hésite. Je sais qu'il est plus responsable de prendre

le train. Je suis moi-même ahurie de voir que certaines personnes prennent l'avion pour un week-end, pour un concert, sans penser à l'impact de leur choix. Mais je suis loin d'être un exemple d'engagement écologique. Les huit heures de trajet, avec une correspondance et un changement de gare, ne m'enchantent pas. Au contraire, l'heure de vol et le prix attractif du billet d'avion, le même que celui du train, me tentent dangereusement. Mais cette fois-ci, je ne céderai pas... je prendrai le train.

**Nina**, 19 ans

# D'un monde à l'autre

**Sur son téléphone, Luc voit plein d'images témoignant de la crise climatique en cours. Des scènes qui tranchent avec sa vie paisible d'adolescent à Paris.**

Je vis dans deux mondes. Le monde d'un adolescent qui laisse sa vie se dérouler, tranquille et sans problème. Même si j'essaie de faire des progrès en prenant

“Dans l'autre monde, sur mon téléphone, la nature est ravagée.”

par exemple plus souvent les transports en commun, je continue à consommer énormément d'énergie et de ressources naturelles, rien qu'avec mon téléphone... Je ne fais pas beaucoup d'efforts pour me nourrir avec moins de viande. Je ne suis pas un régime à base de produits bio ou locaux. Et le plastique est très présent dans ma vie : les sacs, la nourriture emballée, les bouteilles... Ma vie a toujours été comme ça. Et je n'ai jamais ressenti de culpabilité.

Dans l'autre monde, que je découvre sur mon téléphone – constitué de matériaux non-écologiques –, je vois bien que la nature est ravagée, que des animaux peinent à survivre. Par exemple, je me souviens de l'image d'un ours polaire affamé qui rampait péniblement sur une terre qui n'était pas de glace. À travers les écrans, je peux voir tous les problèmes écologiques du monde et les dangers apportés par le dérèglement climatique. C'est comme une vie parallèle. Mais dans ma vie quotidienne, rien ne change. Avec mes amis ou ma famille, on ne parle pas d'écologie.

Pourtant j'y pense, et je me sens concerné par ce sujet qui revient souvent dans les médias ou à l'école. Il arrive même que mes deux mondes se croisent. À Paris, par exemple, lorsque les températures d'été montent jusqu'à 40 degrés, que le prix des produits augmente à cause des mauvaises récoltes ou que la pollution sur le périph est si présente qu'on ne peut presque plus voir la couleur du ciel. C'est dans ces moments-là que mes deux mondes si lointains l'un de l'autre finissent par ne faire qu'un.

**Luc, 16 ans**

# Parents haricots, enfants McDo

**Chez Yann, l'alimentation, c'est du sérieux : pas de soda, ni de produits transformés dans le frigo. Mais une fois dehors, les tentations sont nombreuses.**

Chez moi, notre frigo n'est rempli que de produits bio, locaux ou issus de l'agriculture raisonnée. Par-ci par-là, un Ice Tea, un Oasis et une Vache qui rit se battent en duel. La majorité des sodas que j'ai bus, je les ai découverts dans d'autres contextes. À des anniversaires, à des fêtes, et surtout dans les sorties avec des potes où la question de l'écologie et de la malbouffe ne se pose pas.

Une fois, j'ai ramené des Twix à la maison. Ils ont été tolérés mais mal accueillis. Un autre fois, le menu du midi était sain et bio. Une sortie imprévue avec mes amis m'a conduit à manger un McDo à la place. Le goût était bien meilleur mais beaucoup moins équilibré et écologique. Mais quel plaisir de manger un McDo plutôt que des haricots verts à midi ! Les parents de certains de mes amis sont autant investis dans le bio que les miens, mais mes amis sont comme moi. En sortie, on ne va pas se compliquer la vie : on prend un bon kebab bien gras, des bons sodas bien sucrés et on mange sans se poser de questions.

Évidemment, la nourriture « écolo » est selon moi la meilleure d'un point de vue éthique. Mais elle n'offre pas les mêmes saveurs que celles que l'on trouve uniquement chez Haribo ou Lipton par exemple. Ce qui m'amène, lors de l'achat de canettes ou de bonbons, à avoir une sorte de culpabilité, une mauvaise conscience, rapidement effacée par ma gourmandise. Elle revient de temps à autre, mais je l'ignore... tout en l'ayant en tête.

Bref, je suis à moitié écolo à la maison, à moitié pas en dehors. Même si une petite voix me souffle encore, alors que je prends une bouchée de mon burger, « c'est pas bio », et qu'une autre petite me dit ensuite « c'est quand même bien bon ».

**Yann**, 15 ans



“Deux onglets sont ouverts sur mon ordinateur : les sites SNCF et EasyJet. Je navigue de l’un à l’autre comme s’ils étaient en duel.”

**Nina**, 19 ans

“En sortie, on ne va pas se compliquer la vie : on prend des bons sodas bien sucrés et on mange sans se poser de questions.”

**Yann**, 15 ans

“Les trucs qui font peur, mais qui sont vrais, je préfère ne pas les voir.”

**Sofia**, 25 ans

# Mon algorithme de rêve

**Sofia estime que s'intéresser aux problèmes climatiques pourrait nuire à sa santé mentale. Elle préfère se concentrer sur sa vie, entre moments joyeux avec ses proches et rêves de voyage.**

Quand je surfe sur TikTok, je ne vois jamais d'images qui parlent du réchauffement climatique, des animaux qui disparaissent... et tant mieux ! Je n'ai pas envie de savoir. Je vis ma vie tranquille.

Sur les réseaux, je suis quelques influenceuses américaines, françaises et arabes. Je prends des astuces, des idées make-up, des nouvelles recettes ou des plans dans des pays que je ne connais pas et que j'aimerais visiter un jour. Comme les réseaux ça marche avec des algorithmes, je ne vois pas d'autres trucs que je ne veux pas voir. Je sais que des animaux vont disparaître ou ont déjà disparu, mais je m'en fiche. Ça ne m'intéresse absolument pas. Ce n'est pas mon problème. Je pense qu'il y a des gens que ça inquiète parce qu'ils aiment bien les animaux. Les chiens, les chats, tout le monde aime ça dans ma famille. Moi, j'ai peur. Les trucs qui font peur, mais qui sont vrais, je préfère ne pas les voir.

Les histoires vraies sur les problèmes du climat, ça fait tellement peur... Ce n'est pas bien pour la santé mentale. Je veux simplement profiter de la vie à fond. Vivre comme je veux, avec mes proches, ma famille, et réaliser mes rêves : voyager, découvrir le monde ! Mais je ne veux pas vivre dans le stress pour la planète ! Je préfère regarder des films d'horreur. *Conjuring : Les Dossiers Warren, Scream...* Ça, j'adore. Les films d'horreur, ça fait peur... mais c'est pas vrai !

**Sofia**, 25 ans

# Consommaddicte

**Pour Orlane, le shopping est un loisir comme un autre. Elle aime acquérir de nouvelles choses et change régulièrement la décoration de sa chambre. L'écologie, ce sera pour plus tard.**

Dans ma chambre, il y a toujours de la nouveauté : nouvelle coiffeuse, nouveaux meubles... Acheter prend une grande partie de ma vie. Depuis que je suis petite, j'ai ce plaisir de l'achat, de posséder de nouvelles choses.

Je passe énormément de commandes sur Shein ou AliExpress. Certaines même ne servent à rien. Par exemple, j'avais commandé des lumières leds et des miroirs éclairés que je n'ai finalement jamais posés. C'était beau sur Pinterest, mais maintenant que je les ai, ils ne m'intéressent plus. *Idem* pour une Apple Watch que j'ai achetée récemment. Elle est tout le temps éteinte, j'ignore même où est son chargeur. Acheter encore, toujours. Quand je veux quelque chose, je fais tout pour l'avoir ! Quitte à travailler dans l'épicerie de mes parents ou en faisant du baby-sitting. J'ai aussi de l'argent de poche chaque mois. De ma mère, de mon père, de mon beau-père et de ma belle-mère.

Même mes sorties avec mes parents se résument essentiellement à acheter des choses. Des balades qui finissent en journée shopping parce que ma mère tombe sous le charme de plusieurs choses. À la maison, on ne passe jamais plus de deux ans sans changer de décoration : la peinture, le canapé, la télé... Évidemment, mon rapport à l'écologie est loin d'être le meilleur. Mais ce n'est pas en arrêtant de consommer que le monde ira mieux. Mon mode de vie me convient. Je pense à l'instant présent, à tout de suite... L'écologie, pour moi, c'est pour plus tard. Quand je serai adulte et responsable.

**Orlane**, 15 ans

# J'ai honte de prendre l'avion

**Lily-May vit à Paris, son père à Barcelone. Pour se voir, ils ont l'habitude de prendre l'avion. Mais l'adolescente culpabilise de prendre ce moyen de transport.**

Je prends l'avion plusieurs fois par an. Depuis petite, j'ai l'habitude de partir souvent en vacances avec mon père, car c'est le seul moment où je peux passer plus de temps avec lui. Depuis bientôt trois ans, il a déménagé à Barcelone. Il prend l'avion une à deux fois par mois pour venir me voir à Paris. Cette année 2024, je suis allée à Barcelone cinq week-ends.

Il y a quelques mois, j'ai lu un article sur les émissions de CO<sub>2</sub> qui m'a appris que l'avion est responsable de 2,1 % des émissions mondiales. J'ai aussi entendu une interview de Greta Thunberg qui disait que c'est en quelque sorte une honte de voyager en avion. J'ai ressenti de la culpabilité. J'en ai parlé à mon père pour lui demander s'il était conscient de tout cela. Je lui ai expliqué que l'avion détruisait notre planète. Il m'a écoutée attentivement, mais il avait l'air un peu surpris. Il m'a dit qu'il comprenait mes préoccupations, mais qu'il avait aussi ses raisons de prendre l'avion : ces déplacements étaient souvent liés à son travail, et chaque fois qu'il venait à Paris, c'était l'occasion de passer du temps avec moi.

Je lui ai répondu que je savais à quel point ces moments étaient précieux, mais que je me demandais s'il n'y avait pas d'autres alternatives. Il a réfléchi un instant. Il se sentait partagé entre son désir de me voir et sa prise de conscience croissante des enjeux écologiques. Je lui ai parlé des effets du changement climatique et de l'importance de faire des choix plus responsables. À la fin de notre conversation, mon père a convenu qu'il serait bon de trouver des moyens de réduire notre empreinte carbone. Il a proposé qu'on commence à chercher des destinations accessibles en train pour nos prochaines vacances, et même de prendre le train pour aller à Barcelone. Je suis contente de voir qu'il est ouvert à l'idée de faire des changements. Même si c'est un petit pas, c'est un pas dans la bonne direction pour notre planète.

**Lily-May**, 14 ans

# Poubelle la vie

**Les jours de grand nettoyage, Bernadette a sa routine poubelles. Pour la sexagénaire, rien ne se jette, tout se transforme.**

Je saisis l'anse du panier pour le verre, attrape le sac de cartons et de papiers et ferme celui des déchets non recyclables. Dans le local à poubelles, trois couleurs se distinguent. Du jaune pour les recyclables, du violet et du marron pour les non recyclables... il me semble. Ah flûte, celle pour le verre est absente. Hors de question que je remonte, redescende... je dépose proprement mon verre contre un mur du local. Et de trois !

La suite, c'est l'opération compost. Pas de composteur au pied de mon d'immeuble. Il y a bien un jardin mais il est interdit aux enfants, aux personnes âgées, aux chiens, aux chats, aux grenouilles et même aux hérissons. Une petite marche s'impose en direction du marché Pyrénées où sont installés des bacs de récupération des déchets organiques. Coup de chance, ils sont accessibles ! Parfois, ils sont pleins et les déchets encombrant le trottoir. Les services de collecte sont victimes du succès des dépôts. Il y a un truc génial : une pédale à pied pour soulever le couvercle sans se salir les mains. Et de quatre. La journée n'est pas terminée. Mon grille-pain a brûlé avec mes dernières tartines. Paix à son âme, il part pour son dernier voyage. Je saisis les trois piles usagées

qui attendent dans un tiroir. Il me reste une ampoule ancienne génération qui ne souhaite plus remplir son office. Direction le supermarché. Là-bas, le grille-pain n'entre pas dans la boîte prévue à cet effet. Je le laisse sur le carton. L'ampoule ne semble pas correspondre au format attendu. Pas de problème pour les piles. Ouf ! Et de sept.

Cap sur la recyclerie avec un sac chargé de divers objets que je n'utilise plus. Quelques personnes attendent leur tour. J'échange avec l'une d'elles qui me montre les livres qu'elle vient déposer. J'en récupère un et, à mon tour, je sors les objets de mon sac. Le réceptionniste s'extasie devant un porte-clé. Je lui donne bien volontiers. J'aurai fait un heureux aujourd'hui. Et là, je sors de vieux pots de peinture. Il me regarde et me dit : « Oh là là ! Ce sont des produits hautement toxiques, nous ne pouvons les prendre. – J'en fais quoi ? – Ce sera pour la déchetterie. »

Et de huit. Ma pharmacie déborde. Le meuble n'est pas très grand. Je sors tous les produits. Le tri est simple entre périmés et non périmés. À la pharmacie, je tends mon sac de médicaments périmés. La pharmacienne m'interpelle : « Madame,

# “Voilà que je commence enfin à me sentir plus légère.”

vous devez retirer toutes les boîtes et me donner uniquement les plaquettes et les flacons. » Elle accepte, pour cette fois, de les prendre tels quels.

Et de neuf. Il y a trop de vêtements inutilisés dans mes placards depuis trois ans. Je donne ou je dépose dans les conteneurs à vêtements. Il y a dans ce geste la satisfaction qu'ils pourront satisfaire une autre personne. Et de dix.

Ma journée se finit en bas de mon immeuble. Les enfants de la résidence y ont construit une boîte à livres. Pas de détour, je descends et en dépose quelques-uns.

Et de onze. Voilà que je commence enfin à me sentir plus légère. Jusqu'à la prochaine tournée...

**Bernadette**, 64 ans

# Ça ne va pas changer grand-chose

**À l'école comme chez lui, Silas entend parler des petits gestes écoresponsables qu'il pourrait adopter au quotidien. S'il essaie de faire au mieux, il n'est pas convaincu de leur efficacité.**

Au collège, quand des intervenants venaient nous sensibiliser sur l'importance de l'écologie, c'était toujours la même chose. Selon eux, on devrait complètement changer nos modes de vie : moins rouler en voiture, prendre plus souvent les transports en commun, ne plus prendre l'avion, supprimer les mails... J'ai l'impression qu'on nous demande beaucoup, que c'est irréalisable et que ça ne va pas changer grand-chose.

Dans ma famille aussi, on me demande de faire attention. Par exemple, mes parents me disent de ne pas utiliser le sèche-linge quand ce n'est pas nécessaire. Ça consomme beaucoup d'électricité pour quelque chose qui pourrait être fait naturellement, même si ça prend plus de temps. Une fois, j'ai voulu l'utiliser parce que je partais le lendemain et j'ai dû faire sécher mes habits dehors... et comme je le pensais, les plus épais n'ont pas complètement séchés. C'est la même chose pour les douches. Selon mes parents, je dois prendre les douches les plus courtes possibles. Mais je ne pense pas que moi, petit humain, risque de bouleverser la planète en restant sous la douche cinq minutes de plus. Pour le tri, ma mère nous force, mon frère et moi, à séparer le carton

du plastique. Ça je trouve que c'est normal, mais rincer les pots de yaourt, je ne comprends pas pourquoi. Dès que je sors faire les courses dans des magasins bio, je dois prendre des pots et des sacs kraft. Ce n'est pas très encombrant, mais je m'en passerais bien. Ma mère achète quasiment tout en bio. C'est un miracle quand je peux acheter des gâteaux pas bio comme les Kinder ! Mais est-ce que c'est parce que je n'en mange pas que les grosses entreprises qui les produisent vont faire faillite ? Je comprends que si tout le monde arrête d'en consommer, elles seront obligées de changer leur mode de production. Mais pour l'instant ça ne change rien ! Donc pourquoi m'en priver ?

En cours de techno, j'ai vu un documentaire qui parlait de l'impact d'internet sur l'écologie et des data centers qui polluent. Comme je joue souvent aux jeux vidéo et que j'ai plein de comptes sur plein de sites différents – Insta, Vinted, Deezer, YouTube... –, je sais que je pollue beaucoup. Mais je ne peux pas m'en passer, même si on me dit toutes les conséquences. Tout ce que j'ai fait, c'est supprimer mes mails.

**Silas**, 15 ans

“Je ne pense pas que moi, petit humain, je risque de bouleverser la planète en restant sous la douche cinq minutes de plus.”

**Silas**, 15 ans



# Prise de conscience et prise de tête

**Petit à petit, Manon a introduit de nouvelles habitudes écolos dans son mode de vie. Entre surcharge mentale et impression de ne jamais en faire assez.**

Avant, j'écrasais les insectes. Pas par plaisir ou volonté de nuire, mais parce que je n'y prêtais pas vraiment attention. Pour moi, il y avait deux catégories : les jolis et les mignons, comme les coccinelles ou les papillons. Et les indésirables, les nuisibles, comme les araignées et tous ceux qui piquent.

“Est-ce que j'en fais assez ?  
Ai-je le droit d'acheter neuf ?”

Aujourd'hui, je rencontre des petits trucs poilus plein de pattes dans les recoins de mon appart. J'ai même parlé à une araignée dans mon lavabo ! Que s'est-il passé pour que mes sentiments face à ces mini représentants du vivant changent ? Lorsque j'ai rencontré mon amoureux, il s'accroupissait en plein milieu du trottoir pour sauver un bourdon évanoui. M'aurait-il « contaminée » ? Quel a été mon cheminement ?

Assez jeune j'ai été sensibilisée à l'écologie. Dès le CM1, mon professeur d'école nous a fait découvrir le tri des déchets. Avec lui, nous avons visité une déchèterie, et surtout composé et enregistré des chansons engagées ! Comme beaucoup de ma génération, je suis entrée dans l'écologie par le biais du tri sélectif. Poubelle jaune, verte. Des premiers gestes qui aujourd'hui sont une évidence dans mon quotidien. Ce n'est presque plus un sujet tellement ils sont ancrés.

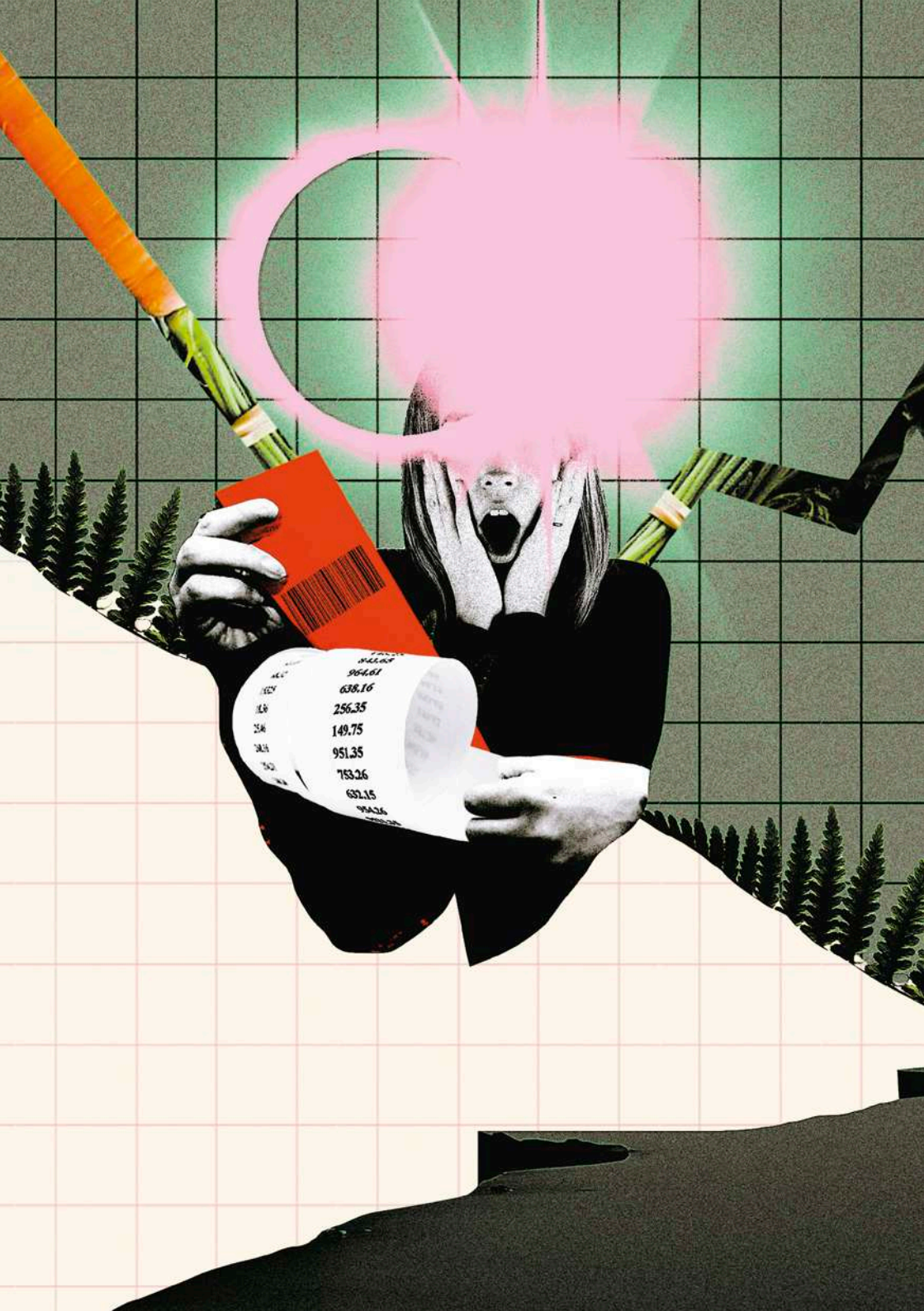
Durant la vingtaine d'années qui ont suivi, l'écologie est restée dans un coin de ma tête. Documentaires, salons, événements... J'ai cherché à me former, à m'informer. Mon engagement s'est traduit par l'envie de me nourrir de bonnes pratiques. Je suis végétarienne depuis quatre ans, j'achète quasi exclusivement d'occasion pour m'habiller et meubler mon chez-moi. Je suis de plus en plus responsable dans mes achats. Mon engagement a progressé, du plus abstrait au concret. Aujourd'hui, mon écologie ne s'arrête pas à mon local poubelles. Le bac à compost a sa place sur mon balcon. Le recyclage et la seconde main remplacent l'achat de meubles et d'objets neufs. L'écologie occupe de plus en plus mon espace. Elle fait aussi partie

de ma charge mentale. Dans ma volonté d'agir, beaucoup de questions. Est-ce que j'en fais assez ? Ai-je le droit d'acheter neuf ? Est-ce raisonnable de prendre des produits alimentaires industriels ? Ces questionnements me prennent souvent la tête. Mon écologie rime avec culpabilité, peur, anxiété parfois. Pour autant, elle est toujours liée à une volonté d'engagement. Comme si j'étais investie d'une mission, que je ressens parfois comme un peu lourde à porter. Ces derniers temps, j'accepte de ne pas être « de tous les combats ». Pour autant, devant des actualités anxiogènes, il m'arrive encore de penser que je suis seule face à mes propres responsabilités et mes valeurs.

Et pourtant, n'est-ce pas collectivement, solidairement que nous allons y arriver ? J'essaie alors de nouvelles formes d'engagement, de réflexion collective, qui m'amènent à questionner mes convictions politiques. Le retour des « grandes idées ». Pour autant, je n'abandonne pas mes premiers gestes, cette volonté de mettre davantage la main à la pâte, de réparer, cuisiner, faire maison, innover... Cette volonté d'agir, complémentaire à ma réflexion, se traduit également par de la curiosité quant aux initiatives qui

se développent, et tout bêtement par l'observation de la nature. Aujourd'hui, j'accepte les insectes, je salue les arbres et j'écoute les oiseaux. Je ne saurais décrire précisément mon écologie du moment mais je dirais qu'elle reste une valeur, stable mais qui évolue, liée au monde qui m'entoure, au vivant, aux autres et à ma place là-dedans.

**Manon**, 38 ans



954.01  
638.16  
256.35  
149.75  
951.35  
753.26  
657.15  
9942.6

Écolo,  
une histoire  
d'euros

# Économes avant tout

**Grandir dans une famille modeste, c'est partager ses vêtements ou encore écourter ses douches. Des habitudes économes mais aussi écolos que Salomé a adoptées sans s'en rendre compte.**

Venant d'une famille nombreuse, je me pose la question écologique mais surtout économique. Ma mère travaille comme animatrice dans une école élémentaire et aide les enfants en difficulté. C'est elle qui s'occupe de nous donner, à mes sœurs et moi, ce dont on a besoin. Mon père habite ailleurs, il nous aide financièrement à distance.

Mes parents travaillent beaucoup, surtout ma mère, environ dix heures par jour, et mon père a quelques difficultés financières mais fait de son mieux. C'est pour ça qu'on fait attention à notre consommation, pour éviter de gaspiller trop d'argent. De temps en temps, ma grand-mère fait les courses pour nous. On a l'habitude de se transmettre les vêtements. Un quart vient de ma grand-mère, de mes tantes, de mon père ou de ma mère. Je ne porte pas beaucoup d'importance aux marques. Je préfère ce qui est simple. Ma mère me dit que je ne fais pas la difficile, contrairement à ma plus petite sœur qui aime beaucoup mettre ce qui est à la mode et neuf. J'ai parfois l'impression que ma mère est trop gentille avec mes deux sœurs, qui la poussent parfois à leur acheter de nouveaux habits. J'essaie de les raisonner pour éviter de lui faire payer trop de choses.

À la maison, on ne gâche pas la nourriture. On nous a souvent répété, et ce depuis petites, que tout le monde n'a pas la chance d'avoir un toit ou de quoi manger. Alors, si possible, on garde tout pour le lendemain. Comme je rentre souvent à l'heure du midi chez moi, je suis celle qui finit les restes. Ma mère nous donne de temps en temps de l'argent pour acheter certaines choses en nous disant : « Comme ça, vous saurez utiliser l'argent intelligemment. » Pour les aliments, j'évite de prendre ceux avec trop d'emballages mais toujours en vérifiant les prix. J'ai appris ça en la regardant lorsqu'on faisait les courses. On fait aussi attention à notre consommation d'eau. « Les douches doivent durer au grand maximum quinze minutes ! » C'est la règle que nous impose ma mère. Les jours d'été, on n'utilise pas d'eau chaude par exemple. Même s'il y a une raison économique derrière cette règle, ma mère le fait aussi beaucoup pour la planète. C'est d'ailleurs la première raison qu'elle a donnée lorsque mes sœurs et moi lui avons demandé à quoi servait tout ça.

**Salomé**, 15 ans

# Dans ma passoire thermique

**Dans l'appartement de Françoise, le thermomètre joue aux montagnes russes. En hiver, elle doit empiler les couches tandis qu'en été, elle doit sortir pour ne pas suffoquer. Un yo-yo qui se fait au détriment de son portefeuille.**

Je vis en HLM et ma grande angoisse c'est ma facture d'électricité. Je fais très attention à ma consommation, de façon quasi névrotique, car mon appartement est une passoire thermique.

“Le bailleur social est au courant de la situation. Il nous envoie des courriers pour nous dire : « Juxtaposez les pulls. »”

L'hiver, j'ai froid. Alors je me déguise en Bibendum et je suis obligée d'augmenter les thermostats pour ne pas être frigorifiée. Mes convecteurs électriques ? Ce sont des « grille-pains » qui chauffent très mal, davantage l'extérieur que l'intérieur, et qui coûtent une fortune.

J'essaie de faire des économies pour partir en vacances mais mon budget s'envole dans l'électricité. L'année passée, ma facture est montée à 550 euros pour deux mois ! Ces factures sont d'ailleurs un sujet de conversation entre locataires. Ceux qui habitent au-dessus et en dessous de mon appartement n'utilisent pas le chauffage. Le bailleur social est au courant de la situation. Il nous envoie des courriers pour nous dire : « Juxtaposez les pulls. » Merci... Nous, on voudrait simplement que notre immeuble soit mis aux normes. L'été, à l'inverse, les températures sont exagérément hautes. Mon appartement est tout en longueur, donc il n'y a pas de courant d'air possible. Il donne sur la rue donc dormir fenêtre ouverte est très bruyant. Alors j'ai trouvé une astuce : ouvrir la porte d'entrée pour faire un petit courant d'air. En été, dans l'immeuble, on est unanime : on est mieux dehors qu'à l'intérieur, on cherche la fraîcheur. Le bailleur sait tout ça mais ne fait rien. Par contre, le loyer, il faut le payer.

**Françoise**, 66 ans

“Maintenant, on fait une poubelle toutes les trois semaines !”

**Sacha**, 15 ans

“Le maillot de foot tunisien rouge est passé de mon oncle à mon frère à moi à ma sœur et aujourd’hui à mon cousin.”

**Sarah**, 15 ans

“Les douches doivent durer quinze minutes maximum ! C’est la règle que nous impose ma mère.”

**Salomé**, 15 ans

# Changement de cap

**Sacha a connu un grand virage écolo. Depuis que son père a démissionné de son emploi confortable dans l'industrie automobile, toute la famille mange bio, consomme moins de plastique et voyage en train.**

En 2019, mon père a démissionné. Toute sa vie, il a travaillé dans l'automobile. Peugeot, Citroën... Puis, il s'est rendu compte des problèmes qu'il causait à l'environnement. Il a alors voulu travailler dans les voitures électriques. Il est devenu chef de produit de la Citroën e-Méhari, mais ça ne lui suffisait pas. Alors que mon grand-père et mon arrière-grand-père ont travaillé toute leur vie dans les machines, lui s'arrête là pour l'environnement.

Il a suivi une formation de développeur web, a monté sa boîte de création de sites web, et a commencé à animer des fresques du climat. Par la suite, il a co-créé la Fresque du Numérique, ainsi que le Puzzle Climat, qui sensibilisent aux enjeux climatiques. Ses revenus ont baissé, ses idées politiques ont changé. Il est devenu quelqu'un d'autre. La vie à la maison aussi a changé, en commençant par notre consommation. Ma mère était déjà un peu sensibilisée à tout ça, mais pour moi et mes frères, c'était nouveau. Avant, on mangeait beaucoup de choses emballées dans du plastique. Je pense au pain de mie et au jambon rose, qui me paraissent aujourd'hui très mauvais. On faisait presque toutes nos courses au G20 ou à Monoprix. Maintenant, la quasi-intégralité de nos courses est faite

à Biocoop. On mange du vrac, des légumes bio, des fruits non emballés. Aussi, je me souviens qu'on utilisait du savon et du shampoing en bouteille plastique, et maintenant ce n'est plus le cas. Ce sont plein de petits détails qui ont changé ma vie à jamais. Dernier changement notable : maintenant, on fait une poubelle toutes les trois semaines ! Avant, on prenait très très rarement l'avion. Depuis, je ne l'ai plus jamais pris, et mon père une seule fois. On part en vacances uniquement en train. Pendant les vacances d'été on a pris une quinzaine de trains pour aller jusqu'à Copenhague. La baisse de revenus n'a absolument pas impacté mon quotidien ni celui de mes frères. C'est-à-dire qu'on n'est privés de rien. Mais grâce à mon père, on est devenus, pour notre avenir, de meilleures versions de nous-mêmes.

**Sacha**, 15 ans



# Être écolo, ça coûte !

**Khadija s'en veut. Pour ses bijoux, pour les vêtements de son fils, pour le plastique dans sa cuisine. Elle sait que ses achats ont un impact néfaste sur la planète, mais elle n'a ni le temps ni l'argent pour faire autrement.**

Si je culpabilise ? Oui. De plus en plus. Sur ce que je peux acheter, comment ça été fabriqué, par qui et dans quelles conditions. C'est en regardant les infos que je me suis posé ces questions. Avant, je m'en fichais. Quand je voyais un truc pas cher, je fonçais. Maintenant, ça m'importe parce que je sais qu'il y a un impact.

Je culpabilise quand j'achète des vêtements. Avant, j'achetais sur Shein des coques de téléphone à 2 ou 3 euros, des lunettes de soleil à moins de 5 euros, un ensemble à 20 euros, vingt piercings à 1 euro... Quand j'ai vu que les produits étaient fabriqués par des enfants ou des personnes forcées et mal payées, j'ai commencé à réfléchir... Nous, on est contents, mais derrière, il y a des gens qui souffrent. Ce n'est pas ouf. Pour mon fils de 4 ans, j'achète des habits chez Kiabi ou Primark, mais je me demande si ce n'est pas la même histoire que Shein. Je me sens obligée, sinon je ne peux pas l'habiller. Les autres magasins sont trop chers et je ne trouve presque rien pour les enfants sur Vinted. Alors je culpabilise...

Je culpabilise aussi parce que je ne fais pas assez le tri. Emballages, cartons, plastiques, pots en verre, nourriture, je jette tout dans la même poubelle. Dans ma petite cuisine, je n'ai pas la place d'en mettre une deuxième. Et puis, je n'ai pas les moyens d'acheter des produits bio.

“Je n'ai pas les moyens d'acheter des produits bio.”

Bien sûr, je pourrais fabriquer mes compotes, mes lessives, mes pâtes... tout faire maison. Ça a l'air facile mais ça prend énormément de temps. Donc j'ai la flemme. Alors je culpabilise. Je me dis aussi que si je culpabilise autant, ça veut dire que je ne suis pas totalement insensible. Maintenant, il faut que j'agisse.

**Khadija**, 25 ans

# On a rêvé d'une voiture électrique

**Les parents de Farah voulaient acheter une voiture électrique. Refroidis par le prix et le manque d'autonomie des batteries, ils ont fini par se raviser.**

Passez à l'électrique ! Les voitures électriques sont l'avenir ! Plus de voitures thermiques à Paris d'ici 2030 ! Alors bon, je paraphrase peut-être un peu mais entre les débats politiques et les publicités, j'ai l'impression d'entendre ce mot partout : l'électrique, l'électrique, l'électrique.

Il y a deux ans, ma famille a décidé de changer de voiture. On avait une Peugeot 3008. Une vieille qui fonctionne au gazole. Elle est passée au garage plusieurs fois, mais le moment où on a compris qu'on devait se débarrasser de cet ancêtre, c'est quand une partie de son pare-choc a fini par s'envoler en plein milieu de l'autoroute lors d'un retour de vacances. Mon père a « perdu confiance en elle ». Une fois la décision prise, mes parents ont envisagé toutes les possibilités. J'ai vu défiler toutes sortes de véhicules : des énormes, des moins grandes, des Peugeot, des Tesla, des occasions, des neuves, des bleues, des rouges, des noires, des blanches, des vertes... Acheter une hybride ? Repasser à une voiture thermique ? Ou jeter son dévolu sur cette solution si bénéfique pour notre environnement... ? Attention, roulement de tambours : ils ont choisi la voiture électrique !

Alors oui, une voiture qui ne fait presque aucun bruit et qui ne rejette pas de gaz c'est bien, mais... ce n'est pas donné. Je crois qu'on peut atteindre les 40 000 ou 50 000 euros (encore une fois, d'après ce que disent mes parents). Pas très pratique non plus pour les vacances. Chaque été, on va en Espagne. Et une fois par mois, on va voir ma grand-mère qui habite à une centaine de kilomètres de chez nous. Vous nous voyez vraiment faire plus de 1 000 kilomètres avec une voiture sans autonomie et passer des heures à la recharger ? Au final, vous savez ce qu'on a fini par acheter ? Comme la plupart des gens normaux : une thermique d'occasion. Mais attention, une Crit'Air 1. Côté pollution, c'est déjà ça !

**Farah**, 15 ans

# Acheter local et voyager moins loin

**Les parents de Martin font attention à leur empreinte carbone sans se priver pour autant. Ils mangent bio, consomment responsable et voyagent en Europe. Un mode de vie que leur situation financière leur permet.**

Je réalise la chance d'être né au bon endroit, dans une bonne famille sans problèmes familiaux ou financiers. Mon père est photographe de mode dans des défilés comme Dior ou Louis Vuitton et ma mère est responsable de communication dans une banque. J'ai la chance de manger bio et à ma faim, j'ai la chance de m'habiller comme je veux, j'ai la chance de voyager. J'ai de la chance et je m'en rends compte.

Mes parents vont faire les courses chez Naturalia ou chez Biocoop. Meilleure qualité des produits, respect de l'environnement, meilleure santé, soutien aux petits producteurs locaux et alimentation saine : ils ont fait ce choix pour eux, pour moi et pour la planète. Quand je les accompagne, je rentre dans un autre univers. Chez Naturalia, il n'y a jamais la queue à la caisse. Et j'adore l'odeur. Elle me fait penser à chez ma grand-mère. Je trouve que les prix ne sont pas exorbitants, j'y suis habitué. J'ai des vêtements neufs et souvent de marques. Mais le fait d'en acheter beaucoup est une idée que mes parents n'aiment pas trop, surtout quand ce sont des marques qui ne respectent pas les droits de l'Homme comme Zara ou Bershka. Ils préfèrent m'en acheter des plus chers mais produits en France.

Cette chance, je la constate aussi quand je parle des grandes vacances avec des potes. Ils me disent qu'ils sont restés à Paris ou en banlieue, alors que moi je suis parti trois semaines en Grèce, à Nice et à Cannes. Au début, mes parents avaient pour idée d'aller en Colombie, sauf que le trajet allait consommer trop de CO<sub>2</sub>. Nous sommes donc partis en Grèce, en avion. Les vacances qui viennent, nous partons en Écosse. Mes parents voulaient y aller en bateau puis en train, sauf que ce trajet prend trop longtemps, donc ils ont à nouveau opté pour l'avion.

**Martin**, 15 ans

“Mes parents  
préfèrent m’acheter  
des vêtements plus  
chers mais produits  
en France.”

**Martin**, 15 ans

# La vie des vêtements

**Dans certaines familles, on se transmet des livres ou des bijoux. Chez Sarah, ce sont les vêtements qui font office d'héritage, passant d'une génération à l'autre.**

Dans ma famille les vêtements ça circule ! Celui qui a le plus circulé est un maillot de foot tunisien rouge. Il est passé de mon oncle à mon frère à moi à ma sœur et aujourd'hui à mon cousin. Et sans doute finira-t-il chez quelqu'un d'autre. De nombreux vêtements que je porte sont à mon grand frère qui a 18 ans. Mes sweats, notamment le gris, et mes t-shirts noirs et blancs.

Chaque vêtement qui ne me va plus est donné à ma petite sœur de 11 ans. Mon t-shirt Mickey bleu qui m'a été offert par mon oncle quand j'avais son âge par exemple. Aujourd'hui elle le porte, et ce jusqu'à qu'elle ne puisse plus. Quand ils ne vont plus à personne, ils sont donnés à mes cousins ou cousines. L'une d'entre elles a une robe qui m'appartenait et qui est aussi passée par ma sœur. Et si le vêtement est en mauvais état, il est jeté. Je porte aussi des pyjamas et des gilets de ma mère, mais qu'à la maison. Et des robes de ma grand-mère, en souvenir. D'ailleurs, certains habits que ma mère portent lui appartenaient : des pyjamas, des robes... Quant à mon père, il ne participe pas à cette circulation car le peu qu'il a lui suffit. Et parce que son style ne plaît pas assez à mon frère. Mon frère, lui, porte des t-shirts basiques,

des joggings et des maillots de foot de mon oncle. Je me rappelle encore du jour où ma mère est revenue de chez ma tante avec deux gros sacs de vêtements qui appartenaient à ma cousine et à deux cousins. À ce moment-là, j'étais trop contente d'en avoir plein de nouveaux. Nous en achetons tout de même des neufs, mais moins que la moyenne et en privilégiant la bonne qualité, plus durable. La raison pour laquelle j'en porte qui ont déjà eu une vie est surtout économique. Ça nous permet d'économiser pour nous faire d'autres plaisirs, tels que des vacances à l'étranger.

**Sarah**, 15 ans

# Mon quartier en mode bio

**Dans le quartier d'Hélène, à Paris, les magasins bio poussent comme des champignons. Un phénomène que la lycéenne explique par le niveau de vie des habitants.**

Je vois mon quartier dans l'Est parisien comme un endroit à part. Un quartier de personnes assez aisées bien que mixte, selon moi. Ici, les gens choisissent de mettre leur argent dans le bio, dans des vélos électriques... Chacun a son tote bag et ses poireaux tout juste achetés au marché qui dépassent du sac.

Ma mère va aussi chez le primeur. Elle y achète des légumes et beaucoup de fruits. Lorsque j'y vais, je sens une odeur de nature. Les articles que ma mère achète sont mis dans un petit sac en papier. Chez les amis de mes parents, chez ma meilleure amie... chez presque tout le monde, il y a du bio.

**Hélène**, 15 ans

“Chez le primeur, je sens une odeur de nature.”

Partout, des boutiques bio affluent. C'est un cliché mais c'est vrai. Dans ces magasins comme Biocoop et Bio c'Bon, les prix sont plus élevés qu'à Super U ou Lidl. Je ne sais pas exactement de combien mais j'ai remarqué la différence. Il m'arrive de faire les courses avec ma mère. À chaque fois, nous passons par le rayon bio. C'est un petit rayon où la variété des produits est réduite mais nous achetons des légumes en conserve, des jus de fruits et autres. Ils sont bien rangés.

# Comme un hic dans le plastique

**Matériau révolutionnaire, puis poison pour l'environnement... Marie-Hélène a tout entendu sur le plastique. Aujourd'hui, elle aimerait y renoncer complètement. Un objectif impossible à atteindre avec son budget.**

Enfant, j'ai vu arriver le plastique comme un élément féerique : une sorte de matériau magique qui rendait accessibles les objets du quotidien et même – surtout pour la petite fille que j'étais – les JOUETS !

“Les premiers sacs en plastique, ma mère les conservait comme un trésor.”

Ma mère qui était institutrice et directrice d'une école maternelle s'efforçait de respecter chaque année une tradition qui me ravissait : acheter des jouets pas chers à mettre sous le sapin afin que chaque enfant ait droit à son petit cadeau de Noël. Je l'accompagnais souvent et je me rappelle son soulagement en voyant tous ces petits camions, ces poupons et ces dînettes qui coûtaient trois fois rien... Finis les jouets

en bois ou en fer trop coûteux... vive le plastique !!! Je revois mon adolescence insouciante et consumériste. Tout faisait envie et notre argent de poche passait dans l'achat de vêtements pas chers. Tous issus du pétrole. La seule préoccupation était d'être à la mode. Aucune réflexion sur l'origine des produits ou les conditions de fabrication...

Les premiers sacs en plastique, ma mère les conservait comme un trésor : elle les pliait soigneusement et les rangeait dans un placard. Et puis, je les ai vus pulluler. Un matin, écartant les rideaux de ma baie vitrée après une nuit de tempête, j'ai eu une vision d'apocalypse. L'allée et les trottoirs étaient jonchés de sacs plastiques de toutes les couleurs accrochés à toutes les aspérités qu'offre le mobilier urbain. Ça voletait de-ci de-là. Mon compagnon et moi avons enfilé des gants de ménage, pris des seaux et commencé à tout ramasser. Puis, j'ai vu avec horreur que tout ce plastique ne pouvait être totalement recyclé et qu'il pouvait finir ses jours dans les océans, puis dans notre estomac. Le plastique, ce n'est pas si fantastique... Alors, un premier janvier, mon compagnon et moi avons pris un engagement : boycott de tout plastique « non obligatoire » ou de tout vêtement issu

du pétrole. Pour les habits, facile. Mais pour l'alimentaire, on a beaucoup ramé : courir partout pour trouver des recharges « éco » ou des produits en vrac, s'équiper en permanence de sacs et de bocaux, et puis surtout... sortir la calculette et comparer les prix ! On s'est vite retrouvés tiraillés entre l'écologique et l'économique.

On est des petits budgets, forcément tentés par les « discount » qui nous proposent des super promos... SOUS PLASTIQUE. Situation intenable. On a alors lâché l'affaire et on navigue à vue dans le monde des éternels compromis... Pas de sacs plastiques et priorité aux emballages carton, mais le zéro plastique : impossible !

**Marie-Hélène**, 66 ans





# Génération écologique

# Silence, ça pousse !

**Chez Lionel, l'amour de la nature, c'est de famille. Ses grands-parents et ses parents lui ont appris à s'émerveiller à son contact et à jardiner. Aujourd'hui père, il transmet son savoir et sa sensibilité à son fils.**

Je penche le lourd sac de quelques kilos de terreau. La matière sombre et humide se déverse par saccades. Avec mes mains, je forme un trou dans lequel j'insère du persil et son réseau de petites racines. Je fais de même avec la menthe. La terre fraîche reste collée sur ma peau. Je porte cette matière noire à mes narines : une odeur typique qui déclenche en moi des souvenirs de promenade dans les bois.

“À mon fils, je veux lui montrer les coccinelles, les escargots.”

J'ai souvent vu mes parents jardiner. Ma grand-mère maternelle aussi, penchée sur ses plants de petits pois, accroupie pour couper sa rhubarbe dont elle faisait de la confiture mélangée à de la banane, ou arrosant ses fleurs. Et surtout mes grands-parents paternels qui habitaient dans le Perche et chez qui je passais la plupart de mes vacances. J'adorais cette grand-mère qui nous laissaient libres, mon frère et moi, de nos occupations entre le jardin,

le potager, la mare aux grenouilles, les poules, les arbres, la grange et ses recoins fantastiques. J'aimais soulever les pierres qui protègent un plant de rosiers, je découvrais le fourmillement de la vie, des fourmis, des cloportes, des perce-oreilles, des mille-pattes, des lombrics. J'ai retrouvé ce plaisir en pelletant le compost de notre quartier. J'ai quitté Paris pour m'installer en famille en banlieue parisienne. Ici, davantage de silence, de verdure, de chants d'oiseaux, moins de monde dans les rues, et des gens plus simples à aborder. Sur notre terrasse de dix mètres carrés, nous avons posé quelques plantes décoratives, des plantes aromatiques, des plants de tomates cerises et de fraises, de la menthe, du persil plat, des salades... La fièvre du débutant en potager urbain a commencé à me prendre.

Si mes grands-parents m'ont donné la fibre, j'ai envie de la transmettre à mon enfant. Je le vois grandir et se développer. C'est peut-être lui qui me fait renouer avec les joies terrestres de mon enfance. Sa vie est devant lui et je possède le pouvoir d'infléchir ce qu'il deviendra, par l'éducation.

« Ça pousse ! », dit-on souvent d'un enfant à ses parents.

À mon fils, je veux lui montrer les  
coccinelles, les escargots, lui apprendre  
à ne pas écraser les fourmis, à ne pas  
craindre les araignées, à ne pas déchirer  
les feuilles des plantes, lui préparer un  
terrain favorable, pour vivre un peu mieux  
les défis et les changements de ce siècle,  
lui donner des racines en plantant des  
attentions à la nature.

**Lionel**, 49 ans

# Un quinquana en transition écolo

**Philippe a grandi dans une époque consumériste et peu soucieuse de l'environnement. Désormais conscient des enjeux écologiques, il revoit ses habitudes.**

L'écologie, il y en a plein qui s'en foutent et on ne peut pas leur en vouloir. Les factures à payer, le boulot... ce n'est pas la priorité. Pendant longtemps ça ne l'était pas pour moi non plus. C'est une question de génération.

Je suis né en 1970. C'était la consommation à fond. Je consommais. Je jetais. J'étais j'menfoutiste. Je balançais mes mégots de cigarette par terre. Je me disais que dans les égouts ça va partir. Il y a les balayeurs, ils ouvrent l'eau, c'est caché, ça disparaît... C'est qu'à l'époque, on ne se posait vraiment pas de question. Un papier, non. C'est visible. Alors qu'un mégot c'est si petit. Maintenant, quand je vois les autres balancer leurs mégots dans la rue, ça m'énerve... Moi, même quand je ne trouve pas de cendrier, je le mets dans ma poche de blouson, même si ça ne sent pas bon... À Paris, c'est compliqué d'être écolo. Le compost, c'est compliqué. Le tri, c'est compliqué. Et le bio c'est cher. Je ne vais pas dans les magasins bio. Trop cher. Au déjeuner, sur mon lieu de travail, j'achète encore des plats préparés et je me dis qu'il y a du plastique, plein de cartons. Ce ne sont pas des plats écolos mais je n'ai pas le choix. Je me pose aussi la question d'aller chercher mon bidon de lessive à remplir

mais ça prend du temps. Je ne mange plus de tomates tout au long de l'année, mais elles sont pourtant proposées à la vente... C'est l'abondance qui crée de la tentation. Et puis j'ai des limites. Par exemple, les habits, j'ai du mal à les acheter en seconde main. J'ai envie de neuf jamais porté. Les chaussures en seconde main, j'aurai toujours du mal.

Pourtant l'écologie, petit à petit, je l'ai intégrée à ma vie, à ma façon de vivre et de consommer. C'est ma copine qui m'a fait prendre conscience. Elle vit en Normandie et elle est très engagée dans les sujets environnement. Là-bas, ils ne sont pas plus écolos qu'à Paris. Mais elle, elle fait attention à ce qu'elle consomme. Elle a un jardin, elle cultive ses légumes. Je ne suis pas fan de jardinage mais je le fais pour elle. C'est agréable de manger ses propres légumes.

**Philippe, 52 ans**

“La fièvre du débutant en potager urbain a commencé à me prendre.”

**Lionel**, 49 ans

“Quand je vois les autres balancer leurs mégots dans la rue, ça m'énerve...”

**Philippe**, 52 ans

“Je ne peux plus passer dans une forêt sans me demander à quoi elle ressemblera dans 25 ans.”

**Matthieu**, 15 ans

# Adieu moucherons

**Autrefois, les insectes écrasés sur le pare-brise faisaient partie du quotidien de Marie-Hélène. Aujourd'hui, leur disparition témoigne d'une biodiversité en déclin.**

Je me souviens des départs en vacances de mon enfance. Mon père m'allongeait sur la banquette arrière de la Peugeot 403, où je finissais ma nuit, et nous prenions la route à l'aube direction la côte Atlantique. Saint-Jean-de-Monts, La Rochelle ou Châtelaiillon... Bref, les grandes plages de Vendée.

Sur le trajet, nous devions nous arrêter régulièrement. Non pas tant pour la pause pipi ou le petit casse-croûte que pour le nettoyage du pare-brise contre lequel des milliers de moucherons et autres insectes étaient venus s'écraser. La vitre était constellée de petits impacts en relief, d'ailes écrasées et même de sang. Les essuie-glaces étaient inopérants, voire aggravait le problème en étalant une espèce de magma répugnant. On n'y voyait plus rien ! Mon père était équipé du matériel nécessaire : une raclette, une éponge grattante, un peu de produit vaisselle et hop, il frottait avec entrain. Une fois adulte et en possession du permis de conduire, j'ai moi aussi expérimenté ce petit rituel indissociable des longs voyages en voiture.

Quand cela s'est-il arrêté ? Peut-être dans les années 90. En tous cas, plus jamais je n'ai été confrontée au problème. C'est ce que les scientifiques appellent le syndrome du pare-brise. Le jour où j'en ai pris conscience, ça m'a fait peur. J'avais déjà vu la disparition des vers luisants que nous observions à la tombée de la nuit, des lombrics qui labouraient la terre sans relâche et des papillons. Y a-t-il encore des enfants qui, comme dans la chanson de Brassens, se munissent d'un filet et partent à la chasse aux papillons ? Même les abeilles disparaissent, victimes elles aussi des poisons de la surexploitation agricole. Ça m'angoisse beaucoup. J'aurais mille fois préféré continuer à nettoyer mon pare-brise quand je pars en vacances...

**Marie-Hélène**, 66 ans

# Écodéléguée en herbe

**Écodéléguée, késaco ? Fanta n'en savait rien avant d'endosser ce rôle au lycée. Une mission qui change son regard sur l'écologie.**

J'ai peur de la nature. Insectes, animaux ou bestioles : je ne peux pas supporter qu'ils s'approchent de moi. L'idée qu'ils puissent me toucher me répugne. Et pourtant, j'ai été élue écodéléguée.

Le jour de l'élection, la prof a dit : « Est-ce qu'il y aurait des volontaires pour être écodéléguée ? » Silence pendant cinq minutes. On s'est tous regardés dans le blanc des yeux. J'ai levé la main... et j'ai été élue. À ce moment-là, je ne m'y connaissais pas beaucoup sur ce rôle que je pensais inutile. Dans mon ancien établissement, les écodélégués n'avaient pas de fonction définie et leurs idées n'étaient pas mises en œuvre. Après mon élection, j'ai fait des recherches. J'ai appris que le rôle d'une écodéléguée est de collaborer avec ses professeurs et camarades pour proposer et organiser des projets autour de l'environnement. J'ai déjà quelques petites idées réalisables au sein du lycée. Des poubelles à tri d'abord. On pourrait les mettre dans les couloirs ou même à l'entrée de l'établissement. On pourrait aussi mettre un bac à compost près de la cantine, qui permettrait la création d'engrais naturel. On pourrait aussi faire une journée de sensibilisation à l'écologie pour changer les habitudes de chacun.

Le fait d'avoir ce nouveau poste pourrait me sensibiliser sur l'écologie car, pour l'instant, je ne me sens pas touchée. Je suis plus stressée par le sport et l'école que par l'état de l'environnement. À 15 ans, on commence à se poser un minimum de questions. On ne sait rien mais on sait qu'il faut changer et agir. Greta Thunberg a été capable de réaliser des manifestations pour le climat, alors pourquoi pas nous ?

**Fanta**, 15 ans



# Petit ruisseau deviendra grand

**Lorsque Chantal voit son petit-fils, elle s'efforce de lui apprendre des petits gestes bons pour la planète. Une transmission qui la ramène elle aussi en enfance.**

« Il faut prendre soin de la planète, la maîtresse a dit.

- Oui, elle a raison la maîtresse ! C'est pour ça qu'il faut couper l'eau quand tu te laves les dents. Tu te rinces la bouche avec l'eau que tu as mis dans le gobelet.
- Et elle vient d'où l'eau qui sort du robinet ?
- Elle vient de la rivière.
- Mais comment fait-elle pour arriver ?
- Ça, mon petit, c'est une longue histoire. Elle ne t'a pas dit la maîtresse ?
- Si, mais j'ai pas écouté.
- Elle a dû te parler des nuages, de la pluie, de la mer, des ruisseaux et de la rivière.
- Oui mais l'eau de la mer on peut pas la boire, elle est salée !
- L'eau de la rivière non plus on ne peut pas la boire, il faut la recycler.
- Recycler ? C'est bizarre comme mot. »

Cette conversation avec mon petit-fils m'a ramenée à la question de la transmission. Qu'est-ce que ma mère ou mes grands-parents m'ont transmis ? Je me souviens d'entendre mon grand-père au moment du remembrement en Bretagne dire : « Ils sont fous ces jeunes de vouloir raser les talus, c'est sûr, il y aura des inondations ! » En effet, il y a eu beaucoup d'inondations dans le Finistère, c'est de là que je viens, particulièrement autour de

Landerneau, Morlaix. Et c'est pareil dans d'autres régions. Alors aujourd'hui, on reconstruit des talus et on replante des haies...

“La meilleure transmission, c'est l'exemple.”

Qu'est-ce que je peux dire à mon petit-fils de cette gestion de l'eau ? Une eau si précieuse et pourtant polluée de toutes parts et gaspillée depuis nos lavabos. La meilleure transmission, c'est l'exemple. J'ai pris l'habitude de mettre un arrosoir dans la douche afin de récupérer l'eau froide avant qu'elle ne soit à bonne température. Cela me permet de mettre à tremper le petit linge que je ne mets pas à la machine. Puis, cette eau de rinçage me sert pour une chasse d'eau. Une autre petite économie : la chasse d'eau que l'on n'est pas obligé de tirer pour chaque pipi ! Mais cela est difficile à faire comprendre à toute la famille. Un autre arrosoir dans un coin de la cuisine me permet, surtout en été, de récupérer l'eau de lavage des fruits et légumes.

C'est bénéfique pour mes plantes vertes.  
Ce sont de petites économies mais je me suis rendu compte qu'elles avaient une incidence sur ma facture d'eau.

Pourtant, je me demande parfois si ces petits gestes du quotidien sont vraiment utiles, je veux dire utiles globalement pour la planète. Il y a tellement d'autres problèmes dans la gestion de l'eau. J'en sais quelque chose de par mes origines bretonnes, avec la prolifération des algues vertes, l'usage intensif des pesticides et l'épandage du lisier dans des bassins versants... Tout de même, cela me rassure de me rendre compte à mon petit niveau que, par la transmission, je peux faire quelque chose.

**Chantal**, 73 ans

“C’était  
complètement  
dingue de voir ma  
grand-mère faire  
des mixtures de  
terreau avec des  
épluchures, des  
peaux de banane  
ou des coquilles  
d’œuf...”

**Fiohana**, 28 ans

# Ma grand-mère la sorcière

**Fiohana a toujours vu le jardin de sa grand-mère comme un laboratoire. Un temps méfiante, la jeune femme s'inspire dorénavant des méthodes insolites de son aînée.**

Petite, j'adorais aller dans la belle maison bleue et fleurie de mes grands-parents. Entre les bougainvilliers, les palmiers, les songes caraïbes, les orchidées et les fougères, on ne se sentait plus en ville mais dans une jungle enchantée. Deux petites mains vertes ont créé cet environnement et l'entretiennent encore aujourd'hui. Ce sont celles de Mamie So ! Ma maminette qui a une relation bien particulière avec ses plantes.

« Qu'est-ce qu'elle fait encore ? » Cette question me trottait dans la tête lorsque je voyais ma grand-mère, qui me semblait un peu sorcière, chouchouter ses plantes comme ses propres enfants. Les méthodes d'entretien de Mamie So me paraissaient bizarres et fascinantes à la fois ! Ne serait-ce que la tête de ses jardinières ! C'était pour moi une énorme blague. Je la voyais réutiliser des seaux de serpillière ou des pots de peinture pour y mettre ses plantes. Ne parlons pas de la terre... Si, allons-y ! Parce que c'était complètement dingue de la voir faire des mixtures de terreau avec des épluchures, des peaux de banane ou des coquilles d'œuf... L'arrosoir, quant à lui, était plus vieux qu'elle, à vue d'œil. Je ne comprenais pas pourquoi elle se compliquait la vie avec toutes ces

procédures, mais le rapport qu'elle a avec ses plantes est véritablement magique. Elle prouve que ces petits êtres sont bel et bien vivants et nécessitent qu'on les entretienne comme il se doit. J'ai toujours été fascinée par la beauté de la flore qui m'entoure, sans pour autant me soucier de son entretien. Cependant, quand je me suis installée toute seule en Hexagone à Paris, j'ai ressenti ce besoin d'avoir des plantes dans mon appartement. Des plantes pour me sentir bien et vraiment chez moi. J'ai débuté avec des petits cactus et des plantes grasses pour éviter de les tuer. Par la suite, j'ai été de plus en plus sensibilisée à l'écologie via mon entourage. De ce fait, j'ai pris de plus en plus conscience du déclin de la planète et ça me rend très anxieuse. Mais cette anxiété est devenue une sorte de booster pour faire de nouvelles choses : manger moins de viande, acheter de moins en moins de vêtements et de chaussures neuves en privilégiant la seconde main, acheter des appareils reconditionnés... et surtout prendre soin de la terre, notre terre, comme ma Mamie So ! J'aime désormais y mettre les mains, repoter, arroser et nourrir les plantes. C'est devenu ma thérapie.

**Fiohana**, 28 ans

# Mon frère l'écolo

**Le frère de Lola est un fervent défenseur de l'écologie. Un vrai de vrai. Il essaie de transmettre ses habitudes à sa famille, plus ou moins réceptive.**

Mon frère a toujours été très écologiste. C'est lui qui nous a incités à faire un compost, à manger des fruits et légumes de saison, à trier les déchets, à limiter le chauffage, à prendre le train plutôt que l'avion ou la voiture. Même si mes parents adoptaient déjà quelques gestes, sa passion pour l'écologie nous a permis de nous y intéresser plus.

Le compost, au départ, c'est lui qui s'en occupait. On n'avait pas à s'en soucier. Mais à partir du moment où il a déménagé, il nous a demandé de prendre le relai. Enfin, je dis « nous » mais ce sont plutôt mes parents. Une fois rempli, il fallait aller le déposer à dix minutes à pied de chez nous. La pire partie, d'après ce que j'ai entendu... ou plutôt senti quand mon frère puis mes parents le faisaient. Une odeur... la pire que je n'ai jamais sentie de toute ma vie. Elle embaumait tout l'appartement. Malgré tout, mes parents ont toujours plus ou moins continué à le faire. Mais, un matin, il y a quelques semaines, alors que j'étais déjà partie pour le lycée, ma mère a ouvert le couvercle et des centaines de vers sont apparus. Ils ont tout nettoyé et plusieurs jours après ça, on en retrouvait encore dans l'appartement. On en a bien évidemment rigolé, mais mes parents n'ont pas refait

le compost depuis. En hiver, on mettait le chauffage, mais quand mon frère habitait encore chez nous il le baissait toujours. C'était devenu un petit jeu entre lui et ma mère. Le chauffage baissait et montait pendant la journée. Depuis qu'il est parti, on fait plus attention. Il avait aussi mis sur le frigo une affiche des fruits et légumes de saison. Au début, on s'est moqués de lui, mais aujourd'hui elle est toujours là. Actuellement, il est étudiant en chimie verte à Rome. Il ne veut jamais prendre l'avion donc il prend le train, mais il lui arrive toujours des galères : des retards, quatre trains pour rentrer, des bus, il s'est fait contrôler par la douane... J'ai l'impression qu'il se complique la vie, mais en même temps je sais qu'il a raison. Nous on en fait sans trop en faire. Ça ne nous change pas trop la vie. Lui il fait plein de choses, et ça change vraiment son quotidien. Au final, même si on s'est moqués de lui, il nous a beaucoup appris sur l'écologie et nous a sensibilisés. Sans lui, ça c'est sûr, ça n'aurait pas été pareil !

**Lola**, 14 ans

# Une Alpine dans la ville

**Emma a grandi entre les Alpes et Paris. Elle a appris à préserver la nature, en montagne comme en ville.**

Le meilleur des sentiments est de se lever le matin en face du Mont Blanc. Monter des cols pour avoir une vue panoramique sur l'ensemble des montagnes, voir les chamois grimper sur les plateaux pentus de la falaise. Je suis très attachée aux Alpes. Depuis que je suis petite, je vais dans la ville de Sallanches, en Haute-Savoie. Mon père a vécu toute son enfance là-bas. Il connaît la région dans ses moindres recoins, alors on en profite été comme hiver.

Là-bas, c'est normal de préserver la nature, alors, avec ma famille, on fait très attention. À chaque pique-nique, nous jetons nos emballages en bas de la montagne. On ne doit laisser aucune trace de notre passage. Ma sœur, qui a une passion pour la nature, les plantes, les insectes et l'aventure, fait des efforts pour ne jamais sortir des sentiers tracés et ne pas cueillir de plantes. En passant beaucoup de temps dans les Alpes, j'ai gardé cet esprit « montagnard ». Je cherche des endroits avec toujours moins de monde, toujours plus haut. Je me suis également découvert une passion pour la nature. J'ai compris qu'il fallait aussi préserver Paris, où je vis toute l'année.

Je n'achète par exemple jamais de bouteille d'eau. Je prends directement de l'eau du robinet ou je remplis des gourdes. Je fais

toujours très attention à ne jamais jeter mes déchets par terre et à ne pas consommer trop de plastique. Je me déplace essentiellement en transports en commun, à vélo ou à pied.

“On ne doit laisser aucune trace de notre passage.”

À Paris, j'observe les zones et les quartiers qui essaient de se végétaliser mais je trouve qu'il manque encore beaucoup de verdure. C'est dommage car j'aime passer du temps dans les jardins et les bois. Alors, je vais souvent chercher les endroits avec le plus d'arbres et de plantes, de fleurs et gazons pour courir ou faire du vélo. Parfois, juste pour me promener et me détendre. Le bois de Vincennes me permet par exemple de respirer un air plus pur, qui fait du bien. Là-bas, chaque arbre permet à ce bois de conserver sa densité de verdure.

**Emma**, 15 ans

# Dans la forêt du futur

**Quels arbres habiteront nos forêts en 2050 ? Le bouleau au centre du quartier de Matthieu tiendra-t-il encore debout ? Autant de questions que le lycéen se pose depuis qu'il a effectué un stage au Centre national de la propriété forestière.**

Avant, je pensais que la nature faisait tout par elle-même car c'est la nature ! Quand j'allais dans une forêt, je voyais seulement des arbres. C'était pour moi un endroit où tout poussait sans qu'on ait besoin d'y toucher. Et puis, un jour, c'est comme si j'avais ouvert le capot de la voiture pour voir le moteur. J'ai fait mon stage de troisième au Centre national de la propriété forestière. Sa mission consiste à couper des arbres et en planter plus, surtout des espèces qui seront adaptées au climat de 2050.

“C'est comme si j'avais ouvert le capot de la voiture pour voir le moteur.”

J'ai découvert qu'une forêt est une composition de plein d'espèces qui vivent en symbiose. Et que chacune dépend d'une autre pour son bien-être. Ce qui m'a marqué, c'est de comprendre que le climat change si rapidement que nous devons assister la nature pour l'aider à survivre.

Depuis cette expérience, je ne peux plus passer dans une forêt sans me demander à quoi elle ressemblera dans 25 ans. À Paris, quand je marche dans la rue, j'observe les arbres. Dans les écoles, on voit les platanes aux troncs dépourvus d'écorces. J'observe aussi les chênes majestueux de l'avenue Jean-Jaurès, les marronniers de la rue Petit, la forêt de bambous de la Villette, le seul bouleau au centre de ma cité, et le tronc immense coupé devant la boulangerie sur lequel, en maternelle, je comptais les lignes pour espérer trouver son âge.

**Matthieu**, 15 ans

# Je sème dans la ville

**Anne s'est lancé un défi : végétaliser Paris. Pour y arriver, elle cueille et replante au fil de ses balades.**

Je prends un petit sac et je décide d'aller faire un tour au cimetière du Père-Lachaise. Envie de nature. Je déambule au milieu des 46 hectares et je regarde autour de moi. Je me baisse et découvre des racines, des arbres fruitiers, un prunus, un olivier, un cerisier sauvage, un pommier, un poirier.

Je cueille un fruit ou un noyau tombé par terre. Je le mets délicatement dans mon sac et continue ma promenade. Ça et là, de la sauge, du thym, de la menthe. Je prends délicatement une pousse et je la glisse dans mon sac. Il y a aussi plein d'espèces inconnues. Je sens, j'hume les odeurs, j'inspire. En sortant du cimetière, je regarde les trésors que j'ai glanés et je reprends mon exploration, à la recherche d'espaces vierges, sur les trottoirs avec un petit bout de terre. Je me penche. Je creuse délicatement un trou et j'y glisse ma graine, mon noyau, ma racine. J'y mets un peu d'eau et je rebouche. Je parle toujours à ce que je sème pour lui souhaiter bonne route. Je prends ainsi plaisir à communiquer, à échanger avec la nature qui m'entoure, à lui donner de l'amour.

Je prends plaisir à semer et à voir pousser. Quelques jours ou quelques semaines après, je retourne aux mêmes endroits pour voir si mes plantations sont toujours en place, ou si un chien ou un humain les ont déterrées. Si c'est le cas, je recommence mes plantations. Je sème ainsi partout où je passe. Mon but, c'est de continuer à améliorer l'espace, à voir la nature grandir et des espèces végétales en ville, d'y mettre de la vie, de l'espoir, du bien-être, et de sortir ainsi du béton.

**Anne**, 59 ans



Merci !

Nous remercions chaleureusement les quelques 80 Parisiennes et Parisiens du 20<sup>e</sup> arrondissement de nous avoir fait confiance pour faire émerger leurs récits.

Merci à tous les partenaires qui nous ont accueilli·es pour mener nos ateliers d'écriture. Merci en premier lieu à l'équipe d'Envie Le Labo qui a été à l'initiative de ce projet, et en particulier à sa directrice, Nesrine Dani, et à sa responsable d'animation et de programmation Claire Salomon. Merci également au personnel de la mission locale de Paris, en particulier Fouzia Bendelhoum, responsable départementale Direction de l'Activité, Dado Fissirou, coordinatrice Contrat d'engagement jeune et Paul Tranvan, conseiller en insertion sociale et professionnelle, et à l'équipe pédagogique du lycée Hélène-Boucher, notamment Virginie Schachtel, proviseure, et Valérie Poussard, professeure de lettres.

**Ce projet a reçu le soutien de la mairie du 20<sup>e</sup> arrondissement de Paris via une dotation d'animation locale (DAL).**



ZONE  
D'EXPRESSION  
PRIORITAIRE

**ZEP**

Les textes publiés dans ce recueil sont issus d'une série d'ateliers menés par les journalistes de la Zone d'expression prioritaire (ZEP).

La Zone d'expression prioritaire est un dispositif média d'accompagnement des jeunes à l'expression via des ateliers d'écriture et de création de podcasts. Vous pouvez retrouver nos productions sur notre site [www.zep.media](http://www.zep.media), ou dans nos médias partenaires : *Libération, Ouest-France, Konbini News et Phosphore.*

**Direction de la ZEP :** Emmanuel Vaillant et Édouard Zambeaux

**Rédaction en chef :** Isabelle Maradan

**Responsable des partenariats :** Lorène Cornet

**Coordination éditoriale :** Emmanuel Vaillant

**Édition et correction :** Willem Foloppe et Nathalie Hof

**Conception maquette et design graphique :** Véronique Villanueva

**Illustrations :** Nadia Diz Grana

**Animation des ateliers :** Lena Debray Deschodt, Adele Douay, Willem Foloppe, Isabelle Maradan, Lisa Rompillon et Emmanuel Vaillant

**La ZEP – [contact@zep.media](mailto:contact@zep.media)**

“Dans ma famille, on a l’habitude de se transmettre les vêtements. La question écologique est surtout économique.”

**Salomé**, 15 ans

“C’est triste mais le plaisir que j’ai à imaginer cette robe dans mon dressing dépasse ma conscience écologique.”

**Nina**, 19 ans

“Une graine, un noyau, une racine... Je prends plaisir à semer dans la ville et à voir pousser.”

**Anne**, 59 ans

**ZRP**