

# Consommons autrement pour un développement durable

GUIDE  
DES GESTES  
ET  
DES PRATIQUES  
AU QUOTIDIEN

en **Ille-et-Vilaine**

# Satisfaire nos besoins actuels, la satisfaction des besoins des générations futures

Ce livret a été réalisé par la Mce de Rennes et les associations :

en collaboration avec :

## **Avec le soutien financier**

de la Direction de la Concurrence, Consommation  
et Répression des Fraudes

De la Ville de Rennes

De l'Ademe

De la Diren Bretagne



sans compromettre

S

# Sommaire

## Consommation et développement durable pages 4 à 12

Consommer : un acte banal et quotidien....mais loin d'être anodin !  
Du producteur au consommateur : une chaîne solidaire  
Pour un développement durable, une économie solidaire et respectueuse  
de l'environnement  
Les petits ruisseaux font les grandes rivières

## pages 13 à 28 Gestes et pratiques au quotidien

**Bois exotique...** stop ! Le poumon de la terre est malade  
**Déchets...** les plus faciles à éliminer sont ceux qu'on n'a pas produits  
**Déplacements...** à pied ou à vélo, c'est bon pour la planète et pour la santé  
**Eau...** pollution + gaspillage = danger  
**Energie...** la moins polluante est celle que l'on ne consomme pas  
**Entretien...** des produits pas si propres !  
**Epargne...** un choix éthique et solidaire  
**Jardin...** jardiner bio, jardiner pro !  
**Nourriture...** je suis ce que je mange  
**Vêtements, cadeaux...** exigeons de l'éthique sur l'étiquette  
**Voyages, loisirs...** voyager autrement

## Pour aller plus loin pages 29 à 36

Les acteurs du développement durable et les sources d'information

page 37 Lexique

page 38 Bibliographie

# > Consommer : un acte banal et quotidien... mais loin d'être anodin !

Pour la majorité des consommateurs, acheter, c'est avant tout répondre à un besoin : se nourrir, se vêtir, se loger, se distraire... Et si cette nécessité est, selon les cas, vécue comme un plaisir ou comme une corvée, elle nous apparaît surtout comme une affaire de moyens.

**A chacun selon ses besoins et ses moyens, dit-on ! Mais est-ce vraiment si simple ?**

A chaque fois que nous faisons nos courses, nous opérons des choix qui vont bien au-delà des qualités apparentes des produits ou de leur prix, et surtout, de ce que la publicité veut nous faire croire.

Consciemment ou non, nous achetons aussi :

- les conditions de travail de ceux qui produisent,
- les conditions de fabrication, d'évolution et de destruction des produits, et donc leur impact éventuel sur l'environnement.

**Tout acte de consommation,  
aussi banal et anodin  
soit-il en apparence,  
a une influence directe  
sur les conditions  
environnementales  
et sociales  
de production.**

# Du producteur au consommateur : > une chaîne solidaire

**Pour consommer, il faut produire. Et pour produire, il faut :**

- des hommes, dont les conditions et le cadre de vie dépendent bien souvent du travail.
- des ressources énergétiques et des matières premières qui, pour la plupart, sont épuisables et se transforment en déchets qu'il faut éliminer.

Tout se tient : lorsque les ressources sont dilapidées, que l'environnement n'est pas respecté, ce sont souvent aussi les droits de l'homme qui sont bafoués.

**Quelques exemples :**

- **en Amérique Latine**, les traitements de champs de bananes par avions (déversant des pesticides) rendent hommes et femmes stériles, les déforestations obligent des populations à se déplacer sans aucun moyen de subsistance,
- **en Chine**, le barrage des 3 gorges a déplacé près d'un million de personnes les privant ainsi de leur terre, de leur travail.

Plus près de nous, des situations nous amènent à réfléchir :

- **un peu partout en France**, des salariés se retrouvent brutalement au chômage par des fermetures d'usines décidées pour satisfaire des actionnaires,
- **en Bretagne**, la ressource en eau est menacée par certaines pratiques agricoles et industrielles plus soucieuses d'un profit immédiat que de préserver l'environnement.

**En tant que consommateurs, nous sommes directement concernés :  
nos gestes et comportements d'achats au quotidien conditionnent  
ce que nous laisserons en héritage aux générations futures sur les plans  
économique, social et environnemental.**



# > Pour un développement durable,

L'économie apparaît souvent comme le moteur essentiel du développement de notre société. A trop oublier qu'elle se nourrit du travail des hommes et des ressources de la planète, on atteint un point de déséquilibre où le **profit à court terme ne bénéficie qu'à une minorité et aboutit au déclin de tous les écosystèmes planétaires.**

Pour un développement harmonieux et durable, il importe de mener une réflexion à l'échelle de la planète et de prendre en compte deux grands principes : **la solidarité et le respect de l'environnement.**

## > Pour une économie solidaire

**Le respect des droits de l'homme dans l'économie** signifie à la fois **le droit au travail pour tous** (sans distinction d'origine, de sexe ou de handicap), le droit à une **rémunération décente**, au **respect des droits syndicaux** et à la **diversité culturelle, le non travail des enfants.**

Ce principe va de pair avec celui d'équilibre des rapports Nord/Sud : les pratiques du commerce mondial sont l'une des causes du sous-développement des pays du Sud. En exploitant les richesses de ces pays sans permettre aux populations locales d'en vivre décemment, **les pays du Nord accroissent la dépendance et l'état de pauvreté des pays du Sud.**

# une économie solidaire et...

## La loi du plus fort est-elle nécessairement une fatalité ?

### **En tant que consommateurs, nous avons le pouvoir de la refuser**

et de nous montrer plus solidaires :

- en choisissant des produits issus du commerce équitable,
- en exigeant "de l'éthique sur l'étiquette" et, avec les associations, la création d'un label social,
- en plaçant notre argent dans des produits d'épargne solidaire ou éthique,
- en favorisant l'insertion par l'activité économique.



# > ...respectueuse de l'environnement

## > Pour un environnement préservé

Le respect de l'environnement signifie qu'il faut **préserver les ressources naturelles** et poser en priorité les questions :

- des **sources d'énergie** : en termes d'économies potentielles ou d'énergies renouvelables,
- de la **pollution de l'eau, de l'air et du sol** : au niveau des modes de productions agricoles ou industriels, comme des modes de transport et de déplacement,
- **de la réduction des déchets** à la source et de leur recyclage :

En tant que consommateurs, il apparaît indispensable de modifier nos habitudes :

- en adoptant un comportement plus économe et non polluant,
- en choisissant des produits qui répondent à des cahiers des charges respectueux de l'environnement,
- en soutenant la démarche des producteurs qui souhaitent développer une agriculture durable,
- en privilégiant les produits locaux aussi souvent que possible.



**Sur les 6 milliards d'habitants de la planète, 1.2 milliards vivent avec moins de 1 euro par jour et 80 % de la richesse mondiale est détenue par 15 % des habitants des pays les plus riches.**

*(Atlas mondial du développement durable)*

**L'impact écologique des activités humaines est de plus en plus préoccupant. En 30 ans, on a consommé environ 30% des ressources naturelles de la planète et à peu près tous les écosystèmes planétaires sont aujourd'hui en déclin.**

*(Planète vivante WWF)*



# Des moyens pour un d

## > Le commerce équitable : juste, transparent, qualitatif

Il se fonde sur 7 principes fondamentaux :

- . travailler avec les producteurs les plus défavorisés,
- . refuser l'esclavage, le travail forcé et l'exploitation des enfants,
- . entretenir des relations durables pour permettre un dynamisme de développement
- . assurer la transparence du fonctionnement des deux parties,
- . accepter le contrôle du respect de ces principes,
- . proposer aux consommateurs des produits de qualité,
- . favoriser des modes de production respectant l'environnement.

*(Plateforme pour le commerce équitable)*

Ce commerce est pratiqué par des associations et entreprises des pays du Nord (pays occidentaux riches par opposition aux pays pauvres du Sud), dont la France, qui s'engage à acheter régulièrement des produits (thé, café, textiles....) aux petits producteurs du Sud qui se voient ainsi assurés de bénéficier d'un revenu décent de leur travail.

### En France, les exemples les plus connus sont :

- Les boutiques Artisans du Monde,
- Max Havelaar, signe de reconnaissance de denrées (café, thé, chocolat...) produites dans des conditions commerciales et sociales correctes,
- Le Collectif "Ethique sur l'étiquette", regroupement d'associations et de syndicats, travaille à l'élaboration d'un label social, lutte contre le travail des enfants et interpelle les grands distributeurs sur les conditions de production des marchandises proposées.

# éveloppement durable

## > L'agriculture durable : économiquement viable, équitable, écologiquement saine

■ **Son objectif est de développer des modes de production cohérents, ne portant atteinte ni à la santé des consommateurs ni aux ressources naturelles.**

C'est une agriculture basée sur des **systèmes de production plus autonomes et plus économes**, utilisant peu d'engrais chimiques, peu de pesticides, et préservant mieux la qualité de vie des hommes, les paysages, les sols et l'eau, à l'opposé de l'agriculture productiviste. Ces paysans (nes), mettent en œuvre des pratiques qui articulent au mieux les **dimensions économiques, sociales et environnementales** de leur métier en pensant aux générations futures.

C'est une démarche globale et citoyenne qui repose sur un véritable partenariat avec les consommateurs et les réseaux associatifs qui ont mis en place un cahier des charges **interdisant** notamment les **ogm**, les **farines animales**, les **antibiotiques**, et les **hormones** dans l'alimentation.

Les produits issus de l'agriculture durable sont vendus à la ferme, sur les marchés ou dans les magasins impliqués dans le réseau (Accueil Paysan, Brin d'Herbe...). Cependant, ils n'ont pas encore de label qui permette de les reconnaître comme le label AB qui caractérise l'agriculture biologique.

■ **Le label AB** garantit pour un produit au minimum 95% d'ingrédients d'origine agricole biologique, c'est-à-dire un mode de production interdisant l'utilisation de pesticides, d'engrais chimiques, d'ogm et privilégiant des procédés de lutte naturels.

■ Quant à l'agriculture dite raisonnée, elle n'est pas raisonnable. C'est une approche marketing qui vise uniquement à améliorer l'image de marque de l'agriculture productiviste.

## > Les petits ruisseaux font les grandes rivières

Agir sur l'humain, sur l'environnement et sur l'économie, c'est possible et c'est à la portée de tout un chacun. Il suffit de se dire que c'est l'addition de milliers de petits gestes au quotidien qui permettra de restaurer l'équilibre.

**Chacun à son niveau peut faire quelque chose :**

- en refusant de laisser la publicité influencer nos achats
- en ayant le réflexe de s'interroger sur les conditions sociales de fabrication, l'origine et les conditions de destruction ou de recyclage de chaque produit acheté,
- en acceptant de modifier quelques habitudes et comportements peu respectueux de l'environnement,
- en s'associant avec d'autres pour des actions collectives, en pesant sur les choix effectués par sa propre entreprise ou sa commune.

**Omniprésente, la publicité influence tous nos achats.  
Mais les valeurs et les objectifs qu'elle véhicule sont souvent contraires  
au développement durable puisqu'ils incitent à la surconsommation.**

**Apprenons à résister à la publicité et à choisir nos produits sur d'autres critères.**

# Gestes et pratiques du quotidien

Les actes quotidiens  
même les plus anodins  
peuvent contribuer  
au développement durable



# BOIS EXOTIQUE


## Stop ! le poumon de la terre est malade

Les forêts tropicales jouent un rôle fondamental pour notre survie. Elles régulent le climat de la planète et limitent la désertification et l'effet de serre.


Plus de 12 millions de personnes en dépendent directement : cueillette, chasse, pêche, habitat, pharmacopée.

Or, sous la pression de grands groupes forestiers, les forêts tropicales disparaissent à un rythme sans précédent. D'après la FAO, depuis 1990, les pertes en forêts dans le monde ont atteint 9 millions d'hectares par an. Et la France compte parmi les plus gros importateurs européens de bois tropicaux (teck, moabi, azobé...) utilisés pour le mobilier de jardin, la construction et le bricolage.

### Ce que chacun peut faire

 **Favoriser les essences locales** (châtaignier, chêne, merisier, noyer...) pour la construction ou l'aménagement en privilégiant les bois PEFC.

 **N'acheter que des bois exotiques labellisés FSC.**

 **S'informer** : en cas de doute questionner les vendeurs sur les variétés et l'origine du bois vendu. Demander des précisions sur les modes de gestion forestière et exiger la transparence des entreprises.

**Seul le label FSC** (Forest Stewardship Council), s'engage à ce que les bois exotiques proviennent de forêts où l'exploitation n'a pas généré d'impacts négatifs : économiques, sociaux et environnementaux.

**1 000 hectares de forêt tropicale abritent 1 500 variétés de plantes à fleurs, près de 750 espèces d'arbres, 400 d'oiseaux et 150 de papillons.**

**En 30 ans la déforestation a touché 14 % de la forêt amazonienne brésilienne, à savoir une superficie supérieure à celle de la France.**

### ALLER PLUS LOIN

- Les Amis de la terre.
- WWF.
- Label FSC.
- PEFC
- Greenpeace.
- Peuples des forêts primaires

# DÉCHETS


## Les plus faciles à éliminer sont ceux qu'on n'a pas produits


En France, de 327 kg par habitants et par an en 1994, la production de déchets ménagers est passée à 365 kg/hab./an en 2002.


En poids, le tiers des déchets ménagers est constitué d'emballages, en volume ; ces derniers représentent la moitié !


La collecte sélective et la valorisation deviennent essentielles. Il nous faut donc trier à la fois par souci d'économie et de moindre pollution. **Mais il nous faut surtout consommer en pensant aux déchets que l'on va produire.**


### Ce que chacun peut faire

 **Réduire la production de déchets en privilégiant** les produits sans sur-emballages, en évitant les nouveaux produits de type lingettes... Quand on a un jardin, on peut aussi amaigrir la poubelle en compostant.

 **Choisir en priorité** des produits qui ont une vie plus longue et qui sont réparables, les "éco-recharges" et les produits labellisés NF environnement ou Ecolabel.

 **Donner aux organisations caritatives ou d'insertion** les objets dont on n'a plus l'usage : la réparation et la valorisation de ces objets permettent à des personnes en insertion de retrouver une activité.

 **Trier en respectant** les consignes de tri, car la qualité du recyclage en dépend. Apporter les encombrants à la déchetterie.

 **Les déchets toxiques plus déchets que les autres !** huiles, peintures, solvants, décapants, plomb, mercure, pesticides, engrais... autant de polluants majeurs qu'il faut trier et, si possible, ne pas utiliser. Pour s'en débarrasser une seule adresse, la déchetterie. Pour les piles les rapporter aux distributeurs.

 **Sur le lieu de travail** recycler les cartouches d'encre, réutiliser et recycler le papier

**Une pile bouton contient 1 g de mercure capable de polluer 400 L d'eau ou 1m<sup>3</sup> de terre pour 50 ans !**

**Les publicités non adressées mises dans nos boîtes à lettres représentent 17 kg/hab./an de papier !**

**Avec 15 bouteilles plastiques recyclées on réalise un gilet polaire !**

### ALLER PLUS LOIN

- Labels NF environnement et Ecolabel européen
- Fiches « Déchets », « Acheter et consommer mieux » (Ademe)
- "Reconnaître les vrais labels et logos écologiques" - (Mce)
- Envie 35
- Autocollant "Stop pub"
- La Feuille d'Erable
- Emmaüs

# DÉPLACEMENTS


## À pied ou à vélo, c'est bon pour la planète


Le secteur des transports est celui où les **émissions de gaz à effet de serre augmentent le plus**. A court et moyen termes, c'est le devenir de la planète qui est en jeu !


La voiture est le moyen de transport le plus utilisé par les français. Or, **50 % des déplacements automobiles sont inférieurs à 2 km. Ce sont pourtant les plus polluants.**


A t-on toujours besoin de sa voiture ? Pensons-nous suffisamment à la complémentarité entre les modes de transport ?


### Ce que chacun peut faire

 **Sur petites distances, rouler en vélo ou marcher à pied**, c'est souvent plus rapide, pratique, écologique, économique et vivifiant : pas d'embouteillage, pas de problèmes de stationnement, pas de contraintes d'horaires et le plaisir d'être actif en contact avec son environnement.

 **Prendre les transports en commun**, plus sûrs, moins polluants, moins coûteux et à l'origine de moins d'accidents.

 **Combiner les modes de transports**, on peut commencer un trajet en vélo, à pied ou en voiture et le terminer en bus ou en train.

 **Si la voiture est indispensable**, adopter une conduite souple. On peut aussi faire le choix d'un véhicule moins polluant (GPL par exemple). **Eviter la climatisation dévoreuse d'énergie et souvent totalement inutile.**

 **Penser covoiturage** en particulier pour les déplacements réguliers : on partage convivialité et prix du transport.

**En 10 ans le trafic des véhicules de particuliers a augmenté de 23 % !**

**Le coût d'1 km d'autoroute urbaine permettrait de réaliser 100 km de pistes cyclables !**

**Une voiture bien réglée, c'est 20 % de pollution en moins et 10 % de carburant économisé !**

**Plus de 10 % de la population est soumise à une pollution sonore dépassant les 65 décibels qui entraîne des troubles du sommeil : la principale source en est la circulation.**

**A pied ou à vélo, une demi-heure par jour diminue par 2 les risques de maladies cardiovasculaires.**



# et pour la santé

## ALLER PLUS LOIN

- "L'utilisation de la voiture" "Véhicules et carburants, quelles alternatives à l'essence et au gazole ?" "Déplacements urbains" (Ademe)
- "A vélo, guide de Bonne Conduite", "Respectez les cyclistes...", "Le vélo en ville...", "le vélo et l'enfant" (FUBicy).
- Auto partage
- Covoiturage

# EAU

## Pollution + gaspillage = danger








Dans le monde, l'eau douce est **une ressource naturelle fragile et très inégalement répartie : 23 pays se partagent les 2/3 de la ressource. De nombreux conflits naissent de cette inégalité.**

En Bretagne, l'agriculture productiviste, l'élevage intensif et l'industrie agroalimentaire notamment, ont généré une situation catastrophique en matière de pollution de l'eau. **Multiples sont les conséquences écologiques** - marées vertes, dégradation et disparition des écosystèmes aquatiques -, mais aussi économiques. **Le consommateur paie son eau 3 fois** : au robinet, à l'achat d'eau en bouteille, en payant ses impôts pour **la dépollution et le traitement.**

L'eau est une ressource essentielle à notre survie, il nous faut la partager. Il faut aussi qu'elle soit préservée des pollutions, son coût en serait réduit d'autant.

Ceci passe par une prise de conscience quotidienne de chacun : consommateurs et professionnels.

### Ce que chacun peut faire

-  **Soutenir des démarches de production qui préservent la qualité de l'eau** : par l'achat de produits biologiques ou issus de l'agriculture durable.
-  **Ne rien jeter qui puisse polluer l'eau** : dans les canalisations, les caniveaux, les fossés... et veiller à l'entretien et à la mise aux normes de son système d'assainissement.
-  **Utiliser des produits d'entretien** plus respectueux de l'environnement et diminuer les doses.
-  **Chasser les fuites** : à la chasse d'eau, aux robinets, aux raccords, sur les appareils électroménagers par un bon entretien des installations et des vérifications régulières au compteur.
-  **Choisir des appareils ménagers économes** : chasse d'eau double commande, réducteur de débit pour les robinets, lave-vaisselle, lave-linge.
-  **Limitier la consommation par des gestes simples** : ne pas laisser couler l'eau en permanence pendant la toilette, le brossage des dents,... **préférer la douche au bain, laver sa voiture avec modération**, réutiliser l'eau de lavage des légumes pour arroser les plantes...
-  **Installer des récupérateurs** d'eau de pluie dans les jardins.

**20 % de la consommation d'eau part en fuites !  
Un robinet qui goutte c'est 3 à 5 L d'eau qui s'écoulent par heure !**

**Un litre d'huile de vidange déversé dans une rivière forme une pellicule de 10 000 m<sup>2</sup>, soit l'équivalent d'un terrain de football !**

**Des populations rurales de certaines régions d'Afrique ne disposent que de 5 L d'eau par jour alors que chaque français en consomme, en moyenne, 150 litres.**

#### **ALLER PLUS LOIN**

- Labels Ecolabel ou NF environnement
- "Pour que l'eau vive en Ille-et-Vilaine" "Avec ou sans phosphates ? on peut choisir" (Mce)
- Les éconocroc'h au quotidien (Ademe)
- "Pour un développement durable et solidaire" (Réseau agriculture durable)
- Eau et rivières de Bretagne
- Agriculture et société pour l'eau pure (Frcivam Bretagne)


# ENERGIE


## La moins polluante est celle que l'on ne consomme pas


Nos besoins énergétiques sont importants et présents à tous les niveaux : transport, production industrielle et agricole mais aussi confort de vie, chauffage... En France, nous sommes essentiellement **dépendants de deux sources d'énergie** : le **pétrole et l'énergie nucléaire**. Le premier est un des principaux responsables des **émissions de gaz à effets de serre**, le second laisse en cadeau à nos arrières, arrières, arrières petits enfants **des déchets extrêmement dangereux**.

**Economiser l'énergie et soutenir le développement des énergies renouvelables** non polluantes, permet d'épargner des ressources indispensables à notre vie, et malheureusement épuisables.

### Ce que chacun peut faire

 **Chauffage, la chasse au gaspi** : établir un diagnostic thermique, isoler, fermer les volets, mettre un pull au lieu d'augmenter le thermostat : **à trop chauffer on devient fragile !**

 **Electricité, avoir les bons réflexes** : utiliser les lampes basse consommation, éteindre la veille des appareils et les lampes inutiles, **supprimer les halogènes**, privilégier les appareils électroménagers économes en énergie, éviter l'achat de gadgets électriques (ouvre-boîtes, saucière...).

 **Construction ou rénovation d'un habitat en privilégiant les énergies renouvelables** : une part de l'énergie peut être produite par :

- l'énergie solaire avec des capteurs solaires thermiques pour produire de la chaleur (eau chaude et chauffage) et photovoltaïque pour produire de l'électricité,
- l'énergie du sol avec des pompes à chaleur géothermiques prélevant les calories du sous-sol,
- le bois avec des chaudières et des foyers fermés pour produire de la chaleur (eau chaude et chauffage). C'est une énergie neutre en matière de gaz à effet de serre puisque la quantité de CO<sub>2</sub> émise lors de la combustion est égale à celle absorbée lors de la croissance.

**30 % des dépenses de chauffage peuvent être économisées grâce à une bonne isolation !**

**Une lampe halogène consomme, par personne et par an, autant qu'un lave linge !**

**19° dans les pièces de vie, c'est suffisant. Augmenter la température d'1 degré, c'est 7 % de consommation en plus !**

### ALLER PLUS LOIN

- Etiquette Energie - classe A ou B et Energie +.
- "La régulation du chauffage individuel" , "Chauffage au bois", "L'éclairage", "Le lavage", "Les Econocroc'h" et tous les guides pratiques de l'Ademe.
- Flamme verte.
- "Le solaire dans le pays de Rennes".
- "La régulation" (les Clés de l'info).
- "Les énergies renouvelables en Bretagne" (Ciele).
- Centre de documentation du Ciele.
- Réseau Espace Info Energie.

# ENTRETIEN

## Des produits pas si propres !


Les vieilles croyances ont la peau dure :  
"Plus je mets de produit, plus c'est propre  
et donc plus c'est sain" pense t-on.

Au contraire, **plus on met de produit,  
plus on augmente le risque d'avoir  
des résidus** sur sa vaisselle,

sur son linge, ses surfaces  
ménagères et dans l'envi-  
ronnement, ce qui n'a rien  
de propre ni de sain.

De plus, ces produits ont  
des effets allergisants.

Les phosphates, rejetés dans les  
eaux, favorisent le développement  
des algues, entraînant la mort des poissons en  
rivière et de grosses difficultés pour la potabilité  
de l'eau.

 **Limitier** au maximum l'usage de produits conte-  
nant des **toxiques** comme certains décapants pour  
fours, qui contiennent de la soude, substance sus-  
ceptible d'entraîner des lésions oculaires.


**En France 50 % des phosphates sont d'origine  
domestique, ils proviennent surtout des lessives  
(linge et vaisselle) mais aussi des détartrants, des  
activateurs de lavage...**


**Les doses de produits à utiliser prescrites par les  
fabricants sont une fois et demie plus élevées qu'en  
Allemagne.**


### ALLER PLUS LOIN


- "Avec ou sans phosphate on peut choisir" (Mce).
- Labels NF environnement  
et Ecolabel.

### Ce que chacun peut faire

 **Réduire les doses de produits d'hygiène corporelle  
ou d'entretien.** Utiliser les balles de lavage qui limitent  
la dose de produit, le savon de Marseille pour les  
taches... Préférer les produits multi-usages.

 **Adopter des produits** plus respectueux de l'envi-  
ronnement : produits NF environnement ou lessives sur  
base végétale qui affichent un pourcentage de dégra-  
dation des tensio-actifs supérieur à 90%. Abandonner  
les produits ménagers contenant des phosphates.

 **Supprimer** l'utilisation des **bombes insecticides**  
(poisons plus dangereux que la bestiole à éliminer).  
**Privilégier "le coup de savate"**, plus sportif, plus  
économique et non polluant ou l'utilisation de ban-  
delettes adhésives largement aussi efficaces que les  
insecticides.

 **Eviter les produits antibactériens** qui à  
force d'utilisation, risquent de rendre vul-  
nérable à la moindre bactérie et donc  
dépendant au produit.

# EPARGNE

## Un choix éthique et solidaire

L'économie doit être au service de l'homme et non l'inverse.

Nous mettons tous un jour ou un autre de l'argent de côté pour nos projets, notre retraite... Mais nous ne savons pas toujours que cette épargne peut contribuer à des projets économiques de développement durable, d'insertion et de solidarité, en France comme dans les pays en développement. L'épargne solidaire nous concerne en tant que consommateur individuel et comme consommateur dans une collectivité : comités d'entreprises ou associations par exemple. Nous pouvons, par nos placements, apporter notre pierre à la construction d'une économie qui ne soit pas faite d'inégalités et d'exclusion.

Nous pouvons aussi soutenir des projets en faveur de l'environnement.


financiers de rentabilité, pour sélectionner les entreprises dans lesquelles ils investissent.

 **Participer à l'action collective d'épargne** au sein des comités d'entreprises en développant des actions d'épargne solidaire.

**Des initiatives de placements au Nord participent aux projets de populations de pays du Sud. Pour exemple, le micro crédit géré notamment par la Cofidès. Il s'agit de l'octroi de petits crédits (quelques dizaines à quelques centaines de francs) qui permettent à des personnes de pays pauvres de développer des activités de petit commerce, d'artisanat, de services mais aussi des projets agricoles.**

**Plus près de nous, l'association Rennes emplois solidaires, qui gère des fonds issus de fonds communs de placements d'épargne solidaire, soutient financièrement la création d'activités par des chômeurs ou Rmistes de la région de Rennes : magasins, activités marchandes classiques ou entreprises d'insertion.**

### Ce que chacun peut faire

 **Donner du sens à son épargne** en optant pour des produits qui servent à financer des projets spécifiques : priorité à l'emploi, développement des pays du Sud, lutte contre la faim, respect de l'environnement, contre l'armement...

 **Investir** dans des fonds qui adoptent des critères sociaux ou environnementaux, en plus des critères

#### ALLER PLUS LOIN

- "Les placements éthiques" (Alternatives Economiques)  
[www.alternatives.economiques.fr](http://www.alternatives.economiques.fr)
  - Label Finansol.
- Rennes emplois solidaires.
- Bretagne Développement Initiatives.  
Novethic.

# JARDIN


## Jardiner bio, jardiner pro !


La France compte 13 millions de jardiniers amateurs dont la moitié utilise des produits phytosanitaires (désherbants, pesticides), engrais chimiques et autres amendements. Inquiétant, lorsque l'on constate que les produits phytosanitaires sont de plus en plus incriminés dans la pollution des rivières, de l'air et des produits alimentaires.


Il y a plus de mauvais produits que de mauvaises herbes.

Il faut apprendre à les connaître, elles sont parfois aussi utiles que les insectes.


### Ce que chacun peut faire

 **Jardiner au naturel** grâce au compostage, à la rotation des cultures, au paillage et aux plantes couvre-sol, au respect des insectes alliés du jardinier, à la biodiversité.

 **Economiser l'eau** grâce au récupérateur d'eau de pluie et au paillage ou mulch. En arrosant le matin ou le soir pour limiter l'évaporation de l'eau.

 **Eviter toute pollution**, en ne désherbant pas avec des produits chimiques les zones à risques : fossés, pentes de garage, terrasses, haies, cours. **Se méfier** des produits qui affichent des mentions type "100% biodégradable" sans préciser en combien de temps ou "Respecte l'eau et l'environnement" : ceci ne veut rien dire.

L'usage des produits chimiques oblige impérativement à se protéger avec masque, bottes, gants, combinaison et à respecter strictement les doses.

 **Partager son savoir-faire** en jardinant avec son voisin, en groupe, chez soi ou en jardin collectif.

**Une "bête à bon Dieu" engloutit quotidiennement une centaine de pucerons et sa larve est encore plus gourmande.**

### ALLER PLUS LOIN

- Les livrets "jardinage" diffusés par la Mce.
- "Jardiner au naturel" et "Les haies des jardins" (L'ami des jardins).
- "Créer des refuges à insectes" et "Le jardin naturel" (CPN).
- "L'Hermine vagabonde - Le compostage" (Bretagne vivante-Sepnb-Ademe).
- Terre Vivante.

# NOURRITURE

## Je suis ce que je mange

En 50 ans, la part du budget familial consacrée à l'alimentation est passée de 50 % à 17%, et nous réservons de moins en moins de temps au repas et à sa préparation. Pourtant, ce dernier est un temps de pause et de plaisir, un moment d'éducation aux goûts et aux choix alimentaires, un facteur essentiel pour la santé.

D'où l'importance des modes de production. Ainsi, l'agriculture intensive et l'industrialisation de l'agroalimentaire ont un fort impact sur la qualité des produits et sur l'environnement. Par ailleurs, nombre de petits producteurs, en France ou dans le monde, n'ont pas toujours les moyens financiers pour supporter les coûts liés à l'attribution d'un


label garantissant la qualité de leurs produits. Rien n'est simple.


Mais le **consommateur peut apprendre à choisir ses produits** en toute connaissance de cause **pour soutenir une agriculture propre et durable**, un environnement préservé, de **bonnes conditions sociales** de production, des **territoires et des métiers vivants**. Il s'agit aussi de promouvoir une agriculture à taille humaine et les artisans locaux, de préserver la multiplicité des savoir-faire liés à notre patrimoine culturel.


Il s'agit enfin de préserver sa santé et celle des générations à venir par une alimentation saine et équilibrée.





## Ce que chacun peut faire


 **Promouvoir une agriculture, un élevage durables ou bio, sans ogm, sans antibiotiques...**, en préparant et en consommant leurs produits à la maison, en les demandant en restauration collective, en en parlant autour de soi.


 **Favoriser les produits locaux** de qualité et de saison, synonymes de moins de transports, et permettant de développer les relations sociales entre consommateurs et producteurs.


 **Promouvoir le commerce équitable** en acceptant de payer un peu plus cher son café, son thé, ses bananes et autres produits pour que les producteurs du Sud vivent décemment du fruit de leur travail.

 **Distinguer les vrais signes de qualité (bio, ...) des signes marketing (raisonné)**, et plus généralement savoir lire une étiquette et faire le tri entre les informations. Ne pas se laisser piéger par les publicités et l'attrait de l'emballage : un produit bien présenté n'est pas une garantie de qualité !

 **Exiger une information loyale et vérifiable sur les conditions de culture et d'élevage** de tous les produits et à tous les stades de la chaîne : production, transformation, distribution.

 **Eviter les produits sur-emballés** (qui produisent des déchets), et les aliments sur-vitaminés (ex : lait enrichi) qui ne sont pas nécessaires, pas toujours bons pour la santé mais toujours beaucoup plus chers.

 **Prendre le temps** pour préparer les repas et pour manger.

 **Agir collectivement** pour la qualité des repas hors domicile, en restauration collective : travail, social, scolaire et universitaire.

### ALLER PLUS LOIN

- "Signes officiels d'identification : comment les reconnaître"
- "Biologique, raisonnée, durable, on en parle..." (Mce).
- "Annuaire des producteurs biologiques en Ile-et- Vilaine" (Agrobio 35).
- "Guide des produits avec ou sans OGM" - (Greenpeace).
- "La santé vient en mangeant" (Inpes).

**Contrairement à ce que l'on serait en droit d'attendre : la Commission européenne subventionne 2 fois plus les productions laitières conventionnelles que les productions issues d'une démarche durable !**

**Deux façons de se nourrir : des répercussions différentes sur la santé :**

**Menu 1 : hamburger géant, grande frite, cola, milkshake : 1 400 calories**

**Menu 2 : carottes râpées et huile d'olive, cuisse de poulet avec pommes de terre au four, une tranche de pain complet bio, un yaourt, une pomme : 850 calories. La ration moyenne normale par jour est de 2000 calories.**

**A raison de 3 repas par jour, le menu n° 1 entraîne des déséquilibres alimentaires et des risques d'obésité.**

- GIE manger bio en restauration collective.
- Brin d'herbe.
- Artisans du Monde.
- Label AB.
- Max Havelaar.
- Plateforme pour le commerce équitable.

# VÊTEMENTS, CADEAUX...

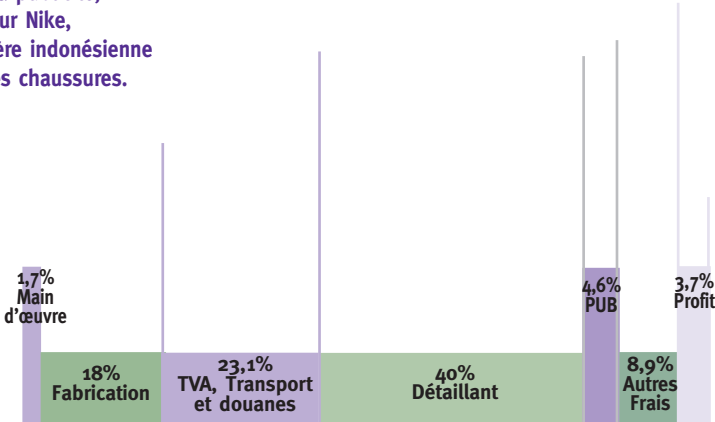
## Exigeons de l'éthique sur l'étiquette

Souvent, nous achetons nos vêtements, nos chaussures, nos jouets ou autres avec deux critères en tête : le premier, que ça nous plaise, le second, et c'est le déclencheur de l'achat, que ce ne soit pas trop cher. Or, **un coût moindre signifie souvent main d'oeuvre à bon marché et non respect des droits fondamentaux**, en particulier lorsque le produit est fabriqué dans des pays pauvres (main d'oeuvre surexploitée, droits syndicaux bafoués, travail des enfants...).

Aujourd'hui, le consommateur ne dispose d'aucun moyen fiable qui lui garantisse l'aspect éthique des produits achetés.

Un projet de Label social est initié par les associations et les syndicats : en attendant qu'il aboutisse, à chacun de rester vigilant et d'être attentif à l'actualité sociale en France et dans le monde.

**Prix d'une paire de Nike valant 54 € :**  
 51 € vont au détaillant, à la fabrication, au transport, à la publicité,  
 2 € de profit pour Nike,  
 1 € pour l'ouvrière indonésienne qui a fabriqué les chaussures.



source : CFIE 11/97

### Ce que chacun peut faire

**S'intéresser systématiquement à la provenance des produits** en lisant l'étiquette ou en interrogeant le commerçant. **Attention aux prix très bas**, c'est forcément une mise en alerte sur les conditions de production ; cependant, **un produit de marque de prix élevé** peut lui aussi cacher des conditions sociales déplorables.

**Militer pour un étiquetage informatif** qui garantisse de bonnes conditions sociales, le respect des droits de l'homme et de l'enfant dans la production. Participer aux actions en faveur d'une meilleure éthique sur l'étiquette organisées par le collectif Ethique sur l'étiquette par exemple.

**Donner aux associations** qui redistribuent aux plus démunis ou vendre dans les magasins d'occasion. C'est aussi contribuer à un cycle solidaire de consommation et à une prise en compte des conséquences de la production sur l'environnement (recyclage).

**Pousser** une petite visite dans les boutiques qui vendent des produits issus du **commerce équitable** : on y trouve vêtements, cadeaux, produits alimentaires (café, thé...).

### ALLER PLUS LOIN

- "Pour une consommation éthique, exigeons un label social" (Collectif Ethique sur l'étiquette).
- Plateforme pour le Commerce équitable.
- Trocabi.
- Emmaüs.
- Artisans du monde.

# VOYAGES, LOISIRS

## Voyager autrement


Si les voyages forment la jeunesse, ils entretiennent fort bien aussi les plus âgés et le tourisme devient un des postes importants dans le budget des ménages. Désormais toutes les destinations, proches ou lointaines, sont accessibles si l'on en croit les dépliants des professionnels du tourisme.


Cependant, nos **dépenses de voyage à l'étranger bénéficient plus aux tours opérateurs qu'aux populations du pays d'accueil**. Ce qui, dans le cas d'un pays pauvre, accentue le déséquilibre déjà existant. De plus, voyager dans certains pays cautionne des régimes autoritaires en place. Enfin, **nos modes de séjour ont des répercussions immédiates sur les hommes et l'environnement des lieux visités**.


### ALLER PLUS LOIN

- Ministère des Affaires étrangères
- Bretagne Vivante - Sepnb.
- Croq'nature
- Transverses
- Accueil Paysans

### Ce que chacun peut faire

 **Voyager autrement** : le tourisme est avant tout un échange avec d'autres peuples, d'autres cultures. De nombreuses initiatives existent, qui placent l'homme au cœur de la découverte et contribuent à financer des actions de développement dans les régions d'accueil. De même, certains organismes proposent des voyages de véritable découverte de la nature.

 **Respecter les hommes, la faune, la flore, le milieu naturel** partout où nous allons.

 **Prendre le temps de préparer son voyage** : se renseigner sur le niveau de vie du pays, sur son régime politique, sur ses spécificités culturelles ou religieuses.

Un touriste dans un hôtel en Afrique utilise 7 à 10 fois plus d'eau qu'un habitant local pour arroser son champ et nourrir sa famille.

Dans la réserve Shaba au Kenya, des pâturages ont été remplacés par une réserve de gibiers qui entoure l'hôtel Savora Shaba. L'eau utilisée pour abreuver les troupeaux est aujourd'hui détournée pour remplir l'énorme piscine de l'hôtel.

La consommation d'électricité d'un touriste du Caire est égale à celle de 3 600 foyers égyptiens.

Un parcours de golf dans un pays tropical engloutit 1,5 tonnes de pesticides et d'engrais et consomme autant d'eau que 60 000 habitants d'une zone rurale d'un même pays.

# Pour aller plus loin

Et découvrir dans notre département, mais aussi ailleurs, les associations, organismes, entreprises qui agissent pour un développement durable.



# Les acteurs du développement durable et les sources d'information en Ille-et-Vilaine

Nous vous présentons ici les associations et structures d'Ille-et-Vilaine investies dans la promotion et l'action en faveur du développement durable.

**Les acteurs sont d'origines diverses** : associations de solidarité militant pour un développement équilibré entre le Nord et le Sud, associations d'environnement œuvrant pour une prise en compte globale de l'environnement par des actions locales, associations de consommateurs soucieuses des déséquilibres environnementaux et sociaux que provoquent nos achats. **Leur action est complémentaire dans la prise en compte globale d'un développement durable de la planète et des hommes qu'elle abrite.**

Pour économiser l'énergie, maîtriser les pollutions, éliminer les déchets, se déplacer, voyager, épargner, se nourrir autrement : vous pouvez faire appel à ces associations, venir les rejoindre et soutenir leur action.

Nous avons choisi de citer en priorité ceux qui constituent une source d'informations utiles et pratiques pour le consommateur, et qui peuvent à leur tour, l'orienter vers d'autres acteurs.

Nous espérons que d'éventuels oublis seront pardonnés et invitons les lecteurs à venir aussi consulter le centre de documentation de la Mce, qui met à leur disposition dossiers et adresses plus détaillés.

## Accueil paysan

Réseau d'associations départementales destiné à mettre en avant et accompagner l'accueil à la ferme, à valoriser les compétences des hommes en milieu rural. Accueil Paysan travaille notamment sur l'accueil touristique et pédagogique, la mise en place de projets innovants, la qualité des produits fermiers et l'accueil familial à caractère social.

► Espace Saint Melaine, 97, av. André Bonnin  
BP 17141 - 35571 Chantepie. 02.99.53.07.56  
mél : [accueil.paysan.bzh@wanadoo.fr](mailto:accueil.paysan.bzh@wanadoo.fr)

## Adage - Agriculture durable par l'autonomie et la gestion et l'environnement

Association créée en 1993 par des éleveurs laitiers, pour réfléchir sur leur système d'exploitation. L'association a pour objectifs de mener des actions de développement agricole et rural, de se former sur les aspects techniques agricoles, d'échanger, de communiquer sur les expériences de chacun.

► Espace Saint Melaine, 97, av. André Bonnin  
BP 17141 - 35571 Chantepie. 02.23.30.27.49  
mél : [adage35@wanadoo.fr](mailto:adage35@wanadoo.fr)

## Adaic - Association de défense, d'éducation et d'information du consommateur

Elle impulse et suit les expériences et actions menées dans les établissements scolaires en matière d'éducation à la consommation.

► 189, rue de châillon  
35201 Rennes cedex 2  
02.99.51.63.63

## Ademe - Agence de l'environnement et de la maîtrise de l'énergie

Créée en 1992, l'Agence est sous la tutelle de 3 ministères : Environnement, Industrie et Recherche. Ses missions principales : le développement, le recyclage et la valorisation des déchets ménagers et industriels, la maîtrise de l'énergie et le développement des énergies renouvelables, la réduction des pollutions atmosphériques. Elle édite de nombreuses brochures pratiques à destination du grand public.

► 33, Bd de Solférino CS 41217  
35012 Rennes cedex - 02.99.85.87.00.  
Site Internet : [www.ademe.fr/bretagne/](http://www.ademe.fr/bretagne/)

## Agrobio 35

Regroupement d'agrobiologistes en Ille-et-Vilaine, Agrobio 35 a pour objectifs de promouvoir un développement harmonieux de l'agriculture biologique sur le département, d'organiser des appuis répondant aux besoins des producteurs, d'être un lieu d'échanges et d'écoute pour tous les agrobiologistes et de représenter les producteurs

auprès des pouvoirs publics et des organisations professionnelles agricoles.

► Espace Saint Melaine  
97, avenue André Bonnin - BP 17141  
35171 Chantepie - 02.23.30.16.92  
mél : [agrobio35@agrobio-bretagne.org](mailto:agrobio35@agrobio-bretagne.org)

## Artisans du monde

Association de solidarité internationale, créée en 1974, qui travaille à l'instauration d'échanges commerciaux plus justes entre les pays du Nord et ceux du Sud, afin de donner aux producteurs des pays en développement les moyens de vivre dignement de leur travail.

Elle commercialise, par le biais de points de vente locaux, des produits artisanaux et alimentaires en provenance de ces pays. Une information sur les conditions de vie et de travail des producteurs est assurée par des bénévoles dans chaque boutique.

► 8, rue Hoche  
35000 Rennes - 02.99.27.05.08.  
Site Internet : [www.globenet.org/artisans-du-monde](http://www.globenet.org/artisans-du-monde)

## Archipel

Association dont les objectifs sont l'information, la documentation et la formation sur l'économie solidaire. L'association, qui a créé une boutique, a une fonction de partenariat et de réseau entre les associations qui oeuvrent dans le domaine de l'économie solidaire à Rennes.

► 1, rue Anatole France  
35000 Rennes - 02.23.46.05.06.

## Asseco-Cfdt - Association études et consommation-Cfdt

Elle veut faire du consommateur un acteur de solidarité, préoccupé par la qualité sociale des produits qu'il achète. En lien avec des associations de solidarité internationale, l'Asseco-Cfdt informe sur les actions de défense des droits de l'homme au travail. Elle milite également pour la construction d'un label social délivré par un organisme indépendant.

► Rue de la Barbotière - BP 86  
35002 Rennes cedex - 02.99.84.39.90.

## Bio Coop

Où acheter, où manger bio ?

Pour connaître toutes les adresses en Bretagne :

► Interbio Bretagne  
33 av W. Churchill  
35000 Rennes. 02.99.54.03.23.  
[www.interbiobretagne.asso.fr](http://www.interbiobretagne.asso.fr)

## Bretagne Vivante - Sepnb

Association de protection de l'environnement, reconnue d'utilité publique, créée en 1959, qui gère un réseau régional de sites protégés en partenariat avec des collectivités et des propriétaires privés. Dans les cinq départements bretons, ses adhérents, épaulés par des salariés, siègent dans de nombreuses instances, développent des actions d'éducation à l'environnement, veillent à ce que les enjeux écologiques soient pris en compte dans toute décision. L'association édite les revues : Bretagne vivante, Penn ar bed, L'hermine vagabonde. Elle propose toute l'année des sorties nature.

► *Délégation 35*  
48, Bd Magenta  
35000 Rennes - 02.99.30.64.64.  
mél : [sepnb.rennes@wanadoo.fr](mailto:sepnb.rennes@wanadoo.fr)  
Site Internet : [www.bretagne-vivante.asso.fr](http://www.bretagne-vivante.asso.fr)

## Bretagne Développement Initiatives

Association dont l'objet est de favoriser le financement d'entreprises créatrices d'emplois pour les personnes en difficulté et de promouvoir le développement de l'économie sociale et solidaire. Initiée par la Fondation France Active, la Caisse des dépôts et Consignations, la Macif, la Cfdt, la Bfcc, elle gère une partie des produits issus des fonds d'épargne solidaire et éthique pour la région.

► 18, place de la Gare  
35000 Rennes - 02.99.65.04.00.  
mél : [bdi.bretagne@wanadoo.fr](mailto:bdi.bretagne@wanadoo.fr)

## Brin d'herbe

Deux magasins à la ferme qui ont pour objectifs de promouvoir et de vendre en direct du producteur au consommateur des produits biologiques et issus de l'agriculture durable.

► *Le Verger - Chantepie*  
02.99.41.48.95. - *Le Grand Chevillé*  
*Veizin le Coquet - 02.99.64.79.40.*

## Cat de Bain de Bretagne

Ce centre d'aide par le travail permet aux personnes handicapées de travailler et de s'intégrer à la société par l'activité qu'il développe, entre autres, le Cat torréfie et conditionne du café sous label Max Havelaar.

► *Cat - rue Charles Ménardais*  
35470 Bain de Bretagne. 02.99.43.95.44.

## Centre d'Information sur l'énergie et l'environnement - Ciele

Association qui situe son action au carrefour des problématiques énergie, environnement et développement durable. Elle mène des actions de sensibilisation, de formation, des études, dans les domaines de la maîtrise de l'énergie, des énergies renouvelables, des déchets et de la protection de l'environnement en général. Le Ciele, c'est aussi des actions et des outils d'éducation à l'environnement et un centre de documentation sur les énergies renouvelables, la contre information sur le nucléaire, l'eau, les transports, les déchets...

► 96, canal Saint Martin - 35700 Rennes  
02.99.54.42.98.  
mél : [info@ciele.org](mailto:info@ciele.org) - Site Internet : [www.ciele.org](http://www.ciele.org)

## Collectif Ethique sur l'étiquette

Regroupement de plus de 50 associations (de consommateurs, de solidarité, tiers mondiste) et syndicats qui organise des actions et campagnes d'information et de sensibilisation sur les conditions de production dans les pays en voie de développement. Le Collectif travaille à l'élaboration d'un label social qui distinguerait les produits de bonne qualité sociale. Il organise des campagnes pour sensibiliser les consommateurs.

► BP 86 35002 Rennes Cedex - 02.99.84.86.30.

## Conseil local à l'énergie - Clé

Le Clé est un service à destination du grand public mis en place à l'initiative de l'Ademe, de la Ville de Rennes et de la DGXVII de la Commission européenne. Son rôle est d'informer et de conseiller en matière de maîtrise de l'énergie, d'économies d'eau, du bruit, des avantages fiscaux et des aides liés. Il édite également des brochures pratiques.

► 20, av. des Français Libres  
35000 Rennes. 08.20.82.04.66.

## Ccfd - Comité catholique contre la faim et pour le développement

Organisation non gouvernementale (Ong) qui regroupe 31 mouvements de l'Eglise catholique en France. Elle affirme sa volonté de promouvoir une économie solidaire de l'homme et des plus déshérités. Elle soutient les activités de différentes associations de commerce équitable et édite un catalogue de vente par correspondance de produits "équitables".

► 45, rue de Brest - 35000 Rennes  
02.99.14.35.59.



## Crïdev

Association qui a pour rôle la sensibilisation de l'opinion publique sur les réalités dans les pays en voie de développement et les relations Nord-Sud. Dans cet objectif, elle œuvre pour sensibiliser les citoyens et interpelle les décideurs pour promouvoir un développement plus égalitaire. C'est aussi un centre de documentation.

► 41, avenue Janvier  
35000 Rennes - 02.99.30.27.20

## Eau & rivières de Bretagne - Erb

Association dont les objectifs sont la promotion du respect de l'eau, des sources aux rivières, la mise en évidence des enjeux économiques et sociaux de l'eau dans une perspective de développement durable, l'amélioration de la gestion patrimoniale de l'eau, la protection des intérêts des consommateurs d'eau, notamment du point de vue de la santé publique. Erb siège dans de nombreuses instances et intervient tant auprès des élus et administrations, qu'auprès de la justice. Elle propose des actions d'éducation à l'environnement dans les écoles et auprès du grand public. Elle édite une revue trimestrielle.

► Délégué Ille-et-Vilaine - Mce 48 bd Magenta  
35000 Rennes - 02.99.30.49.94.  
mél : [erb.rennes@wanadoo.fr](mailto:erb.rennes@wanadoo.fr)  
Site Internet : [www.asso.wanadoo.fr/erb/](http://www.asso.wanadoo.fr/erb/)

## Emmaüs

Communauté dont l'activité est la récupération, la remise en état et la revente de mobilier, objets divers, textiles, appareils électroménagers,...

► Communauté d'Emmaüs  
à Hédé - 02.99.45.45.36.

## Envie 35

Entreprise d'insertion qui assure à des chômeurs de longue durée un travail (2 ans maximum) assorti d'une formation afin qu'à la sortie, ces derniers soient en mesure d'entrer dans des emplois non soutenus.

L'activité de l'entreprise est la récupération et la remise en état de produits d'électroménagers qui seront ensuite revendus aux consommateurs. Cette activité a un triple intérêt : réinsérer des personnes en difficultés, limiter les déchets par la récupération et la valorisation, fournir à des familles des appareils électroménagers en état de fonctionnement à bas prix.

► 16, rue de la Donelière  
35000 Rennes - 02.99.38.62.96.

## L'Epi - Les jardins du Breil

Entreprise d'insertion qui réunit 2 activités : les jardins du Breil, chantier d'insertion qui cultive et livre hebdomadairement des légumes bio, et l'entreprise d'insertion qui travaille à la création et à l'entretien de jardins particuliers.

► Parc de la Teillais - rue David  
35740 Pacé - 02.99.60.67.27.

## La Feuille d'Erable

Association "entreprise d'insertion" depuis 1983, ses activités portent sur la filière du papier avec la récupération et le tri des vieux papiers et la diffusion de produits à base de papier recyclé. L'association réalise également des actions de sensibilisation, d'animation et d'éducation dans ce domaine.

► 1, rue Roberdière - 35000 Rennes - 02.99.54.74.24.  
Site Internet : [www.feuille-erable.org](http://www.feuille-erable.org)

## Frcivam

Fédération régionale de centres d'initiatives pour valoriser l'agriculture et le milieu rural. Créée en 1995, elle regroupe 15 associations en Bretagne et environ 600 adhérents agriculteurs et ruraux. Son objectif : l'accompagnement d'initiatives collectives pour promouvoir un développement socialement équitable, écologiquement sain et économiquement viable.

► Espace Saint Melaine,  
97, av. André Bonin - BP 17141 - 35571 Chantepie.  
02.99.77.39.20. - [frcivam.bzh.pascal@wanadoo.fr](mailto:frcivam.bzh.pascal@wanadoo.fr)

## Gie manger Bio

Regroupant 15 agriculteurs biologiques en Ille-et-Vilaine, le Gie Manger bio a pour objectifs de fournir la restauration collective du département en produits locaux et de saison et ainsi de soutenir l'installation de nouveaux agriculteurs bio. Des animations sont aussi proposées : sensibilisation au goût, accompagnement des personnels de la restauration, sensibilisation des élus...

► Espace Saint Melaine - 97, av. André Bonnin  
BP 17141 - 35571 Chantepie cedex.  
02.99.67.91.89. - [mangerbio@wanadoo.fr](mailto:mangerbio@wanadoo.fr)

## Greenpeace

Les groupes locaux de Greenpeace ont pour mission de relayer au niveau local et auprès du grand public les actions de Greenpeace International et de Greenpeace France. Ils sont animés par des femmes et des hommes bénévoles de tous âges, ayant en commun une grande sensibilité aux problèmes environnementaux.

► 48, Bd Magenta - 35000 Rennes.  
mél. [gl.rennes@greenpeace.fr](mailto:gl.rennes@greenpeace.fr)  
Site Internet : [www.greenpeace.fr/gl/rennes/index.php3](http://www.greenpeace.fr/gl/rennes/index.php3)

## Max Havelaar

Association qui a pour objectif de contribuer à des échanges commerciaux équitables avec les pays en voie de développement. Elle s'inscrit dans la démarche du commerce équitable. C'est aussi un organisme de certification pour son label privé. Le produit le plus connu est le café Max Havelaar.

► 12, place du Chanoine Roullin  
35170 Bruz - 02.99.52.65.02.

## Peuples solidaires

Association qui agit contre les causes d'un développement Nord-Sud déséquilibré par une éducation à la citoyenneté et à la solidarité, et par des changements appropriés des comportements et modes de vie. Peuples solidaires soutient les communautés au Nord comme au Sud qui cherchent à se libérer des situations d'exploitation et de dépendance.

A travers son réseau jeunes solidaires, l'association agit, entre autres, dans des campagnes de promotion de voyages et d'échanges solidaires.

► 10, quai Richemont  
35000 Rennes - 02.99.30.60.53.

## Réseau agriculture durable - Rad

Fondé en 1994, par des groupes de paysans sensibilisés aux questions d'environnement et d'équité sociale, le Rad regroupe aujourd'hui 1 500 agriculteurs et éleveurs au sein de 26 groupes locaux dans 15 départements. L'objectif du Réseau est de promouvoir une agriculture économiquement performante, socialement équitable et écologiquement saine. Son rôle : l'échange d'expériences, la formation, la mise en place et le suivi de cahiers des charges élaborés avec des associations d'environnement et de consommateurs.

► Espace Saint Melaine,  
97, av. André Bonnin - BP 17141 35571 Chantepie  
02.99.77.39.18. mél. [Agriculture-durable@wanadoo.fr](mailto:Agriculture-durable@wanadoo.fr)

## Rennes emplois solidaires - Res

Association qui attribue à des porteurs de projets des prêts (sans garantie et sans intérêts) dans le but de favoriser la création et le développement d'entreprises et d'associations d'insertion. Res a fait aboutir de nombreux projets.

► 18, place de la Gare  
35000 Rennes.

## Terre des Hommes

Association de solidarité internationale qui lutte pour la défense et la promotion des droits économiques, sociaux et culturels en assurant des programmes de développement en Asie, Afrique, Amérique Latine et bassin méditerranéen en partenariat avec les acteurs et populations locaux.

► Terre des Hommes  
Centre de la Poterie  
110, rue de la Poterie - 35200 Rennes

## Trocabi

Association loi 1901, cette entreprise d'insertion existe depuis 15 ans et salarie une vingtaine de personnes par an. Trocabi a 2 objectifs : vendre des vêtements à petits prix et créer des emplois. Son activité est le dépôt-vente de vêtements et matériel de puériculture.

► 3 magasins à Rennes :  
Champs Manceaux 02.99.22.33.22.  
Maurepas 02.99.87.59.17.  
Villejean 02.99.59.05.35.  
► Un magasin à St Malo : 02.99.82.61.65.

## Union féminine civique et sociale - Ufcs

Association civique de défense des consommateurs qui milite pour un monde plus équitable, pour plus de tolérance et plus de droits pour tous. Son rôle est d'informer, de conseiller, de défendre. L'Ufcs est largement engagée sur tous les dossiers qui préoccupent la société civile : santé, sécurité sanitaire et alimentaire... Dans cette dynamique, elle fait partie, depuis sa création, du Collectif "Ethique sur l'étiquette".

► 48, Bd Magenta - 35000 Rennes  
02.99.30.33.88.

## Amis de la Terre

Association créée en 1970 qui oriente ses actions sur les questions d'environnement au quotidien en cherchant à renforcer la solidarité entre le Nord et le Sud de la planète. Elle a un rôle d'information et de sensibilisation du public et participe au débat sur les questions liées à l'environnement.

- ▶ 2 bis rue Jules Ferry - 93100 Montreuil  
01.48.51.32.22. - Site Internet : [www.amisdelaterre.org](http://www.amisdelaterre.org)

## Atalante

Un des pionniers du tourisme solidaire, spécialiste de la randonnée d'aventures au bout du monde, Atalante est à l'origine de la 1ère charte éthique du voyageur.

- ▶ 37, quai Arloing - 69009 Lyon - 04.72.53.24.80.

## Cofides

Créée en 1995 par Peuples solidaires et Terre des Hommes France, c'est une société anonyme coopérative à capital variable pour le développement solidaire Nord-Sud.

- ▶ Tél/Fax 01.49.33.00.51  
mél : [cofides.nord@freesbee.fr](mailto:cofides.nord@freesbee.fr)

## Cohérence

Association qui rassemble sur le Grand Ouest des associations de consommateurs, d'agriculteurs, de protection de l'environnement et de la santé dont l'objectif "est de susciter de nouveaux comportements en faveur du développement durable et de constituer ainsi, dans le contexte actuel, une réelle force de proposition".

- ▶ 2, rue Clairambault - 56100 Lorient  
02.97.84.98.18.  
mél : [association.cohérence@libertysurf.fr](mailto:association.cohérence@libertysurf.fr)

## Club Connaître et protéger la nature - Cnp

La Fédération nationale des Clubs est une association qui fournit gratuitement des outils techniques et pédagogiques pour apprendre à connaître et à protéger la nature. Elle anime et organise des campagnes nationales.

- ▶ La Maison des Cpn  
08240 Boult-aux-Bois - 03.24.30.21.90.

## Croq'nature

Organise des randonnées à dos de chameaux et des séjours au Niger, au Mali et au Maroc. L'association travaille en partenariat avec les familles nomades qui assurent l'hébergement. 6 % du prix d'un séjour va à des projets de développement.

- ▶ BP 12 - 65400 Argelès-Gazost  
05.62.97.01.00  
Site Internet : [www.croqnature.com](http://www.croqnature.com)

## FUBicy - Fédération française des usagers de la bicyclette

Association dont l'objectif est d'encourager l'utilisation de la bicyclette comme moyen de déplacement quotidien en complémentarité avec les transports collectifs.

- ▶ 7, rue Sédillot - 67000 Strasbourg  
03.88.75.71.90. Site Internet : [www.fubicy.org](http://www.fubicy.org)

## Finansol

Association qui réunit la plupart des acteurs français des finances solidaires. Finansol a créé un label qui informe l'épargnant sur le sérieux, la transparence et l'utilité sociale des investissements.

- ▶ 133, rue St Maur 75011 Paris 01.53.36.80.60.  
Site Internet : [www.finansol.org](http://www.finansol.org)

### France Nature Environnement

Fédération nationale des associations de protection de la nature et de l'environnement. Elle regroupe 14 associations nationales, 32 fédérations régionales, 80 associations départementales et 3 000 associations locales. Ses objectifs : fédérer un mouvement diversifié, favoriser la connaissance, avoir un rôle de veille et de contre-expertise, être une force de propositions et un espace de réflexion et de débat.

- ▶ 57, rue Cuvier - 75005 Paris.  
01.43.36.16.12. Site Internet : [www.fne.asso.fr](http://www.fne.asso.fr)

### Mass Education

Lutte pour l'amélioration des conditions de vie des paysans de la région de Calcutta. Mass Education propose des voyages qui permettent de financer des projets locaux de développement.

- ▶ 11, rue de la plaine de France  
95570 Bouffemont - 01.39.91.20.05.

### Novethic

- ▶ Site Internet : [www.novethic.fr](http://www.novethic.fr)

### Peuples des forêts primaires

- ▶ Leurvoyec - 29710 Gourlizon  
Site Internet : [www.foretsprimaires.com](http://www.foretsprimaires.com)

### Plateforme pour le commerce équitable Pfce

Créée en 1997, la Pfce a pour objectif "la promotion et la défense du commerce équitable en France". Elle informe et sensibilise, défend le concept du commerce équitable et mobilise les décideurs. Elle crée des synergies au niveau national et international. Elle édite l'annuaire du commerce équitable.

- ▶ 61, rue V. Hugo - 93500 Pantin  
01.48.91.20.75.  
Site Internet : [www.commerceequitable.org](http://www.commerceequitable.org)

### Point Afrique

Coopérative de voyageurs qui propose des voyages secs ou des séjours (trekking, ...). La moitié des bénéfices dégagés sert à développer des actions dans les régions concernées.

- ▶ 2, rue de la Roquette - 75011 Paris  
01.55.28.39.99.  
Site Internet : [www.point-afrique.com](http://www.point-afrique.com)

### Réseau breton des EIE

Espaces information énergie. C'est un réseau de proximité constitué de spécialistes qui s'engagent à répondre gratuitement et objectivement à toutes les questions concernant l'énergie.

- ▶ Un contact près de chez vous :  
0820 820 466

### Ritimo

Réseau des centres de documentation pour le développement et la solidarité internationale

- ▶ Site Internet : [www.ritimo.org](http://www.ritimo.org)

### Terre vivante

Association dont le but est de "promouvoir des modes de production et un mode de vie respectueux de la santé et de l'environnement". Elle édite entre autres "Les quatre saisons du jardinage".

- ▶ Domaine de Raud - 38710 Mens  
04.76.34.80.80  
Site Internet : [www.terrevivante.org](http://www.terrevivante.org)

### Tourisme et Développement Solidaires

TDS organise des séjours au Burkina-Fasso dans un village, Doudou, avec lequel l'association a signé une convention de développement. Le but est de développer le tourisme en complément des activités régulières des paysans du village.

- ▶ 8, rue Prion - 30250 Aubais  
04.66.80.41.16

### Transverses

Association de réflexion et d'action sur le tourisme Nord-Sud

- ▶ 7, rue Heyrault - 92100 Boulogne-Billancourt  
01.49.10.90.84.

### WWF

Organisation mondiale de protection de la nature. Elle dispose d'un réseau dans 96 pays.

- ▶ Site Internet : [www.wwf.fr](http://www.wwf.fr)

**Capital risque**

■ Acquisition d'une part de capital dans des entreprises en création ou en développement. L'investisseur, qui devient actionnaire, partage les risques avec le créateur d'entreprise et est rémunéré par les plus-values réalisées lors de la revente de leur part.

**Capital risque de proximité et de solidarité**

■ Même principe que précédemment mais portant plus souvent sur des entreprises **en création** qui conjuguent **proximité** (appartenance à une région) et **solidarité** (création d'emploi). Ici la plus-value éthique est plus importante que les plus-values financières généralement modestes.

**Ecolabel - NF Environnement**

■ Les produits signalés par ces 2 labels ont un impact moindre sur l'environnement et ce, tout au long de la vie du produit. Ce sont les labels les plus fiables en ce qui concerne les qualités écologiques d'un produit. L'un est européen, l'autre français.

**Énergies renouvelables**

■ Ce sont les énergies du soleil, du vent, de l'eau et de la biomasse (bois, matières organiques). Elles permettent de produire de la chaleur et de l'électricité. Elles sont non polluantes, inépuisables et présentes partout.

**Étiquette Energie**

■ Obligatoire sur les appareils de froid et de lavage, elle indique la consommation et l'efficacité énergétique. Les appareils les plus performants obtiennent le classement A ou B. Ils sont souvent plus chers à l'achat, mais le surcoût est rapidement récupéré.

**Fao**

■ Organisation des Nations Unies pour l'alimentation et l'agriculture. Créée en 1945 dans le but d'améliorer l'état nutritionnel, le niveau de vie, la productivité agricole et le sort des populations rurales en général. Son objectif est de satisfaire les besoins de populations actuelles et futures en ne dégradant pas l'environnement, tout en étant économiquement viable et socialement acceptable.

**Label AB**

■ Ce label indique qu'un produit est issu de l'agriculture biologique en France.

**Label FSC (Forest Stewardship Council)**

■ Ce Label apposé sur un produit en bois ou ses dérivés, garantit au consommateur que le produit acheté provient d'une forêt gérée de façon durable, selon des critères écologiques, sociaux et économiques. Comme tout système de certification fiable et indépendant, le label est délivré par des organismes certificateurs indépendants de Forest Stewardship Council. C'est un label mondial.

**Label social**

■ En cours d'élaboration, ce Label, dont l'initiative revient au collectif "Éthique sur l'étiquette", doit garantir que les conditions de production d'un produit sont compatibles avec les principales conventions de l'Oit à savoir : interdiction de l'exploitation des enfants et du travail forcé, respect de la liberté syndicale, non discrimination, conditions de travail et de rémunération correctes. Pour que ce label aboutisse, le soutien et la demande des consommateurs sont essentiels.

**Organismes génétiquement modifiés - Ogm**

■ Les organismes génétiquement modifiés sont des plantes ou animaux dont les gènes ont été modifiés en laboratoire afin d'obtenir un ou plusieurs caractères génétiques nouveaux transmissibles à la descendance. Ils posent plusieurs questions ; d'une part, leur dangerosité éventuelle pour l'homme et autres organismes vivants, et d'autre part, les risques de dépendance liés à la situation de monopole créée par les 3 ou 4 grands groupes agro-alimentaires qui se partagent les brevets ogm.

**Organisation Internationale du Travail - Oit**

■ Elle a été créée en 1919. C'est un organisme indépendant qui fonctionne sur la base d'un partenariat entre les gouvernements, les représentants des employeurs et les représentants des travailleurs. Elle édicte des règles qui portent sur les droits humains :

liberté syndicale, travail forcé, travail des enfants.

**Organismes de placements collectifs en valeurs mobilières - Opcvm**

■ Ils regroupent Fonds communs de placements (FCP) et Sociétés d'investissement à capital variable (Sicav)

**PEFC (Pan européen forest certification council)**

■ Démarche de concertation régionale, réunissant forestiers publics et privés et associations de défense de l'environnement dont France nature environnement. Principe : fixer des règles minimales de gestion forestière permettant d'évoluer vers une gestion durable. Cette démarche engagée il y a 5 ans, demande aujourd'hui à être concrétisée sur le terrain.

**Placements éthiques**

■ Le souscripteur d'OPCVM éthique touche la totalité de son rendement. Mais l'organisme de gestion (banque, société de gestion) assure que les placements ne sont pas investis dans des entreprises dont le souscripteur réprovoie les objectifs, la nature ou les méthodes (vente d'arme, nucléaire, ne respectant pas certaines règles sociales)

**Placements de partage**

■ Le souscripteur d'OPCVM de partage renonce à tout ou partie de son rendement au profit d'une association agissant pour la création d'emploi, la lutte contre l'exclusion, des projets de développement dans des pays du Tiers monde.

## Revue

**Les placements éthiques** - Alternatives économiques - 2003  
**Les voyages éthiques** - 60 millions de consommateurs - 2001  
**Le guide vert du consommateur** - 60 millions de consommateurs - 2001  
**Jardiner au naturel** - L'ami des jardins - Denis Pépin - 2001  
**Agir localement pour l'efficacité énergétique et les énergies renouvelables** - Réseau sortir du nucléaire  
**Cohérence** - revue du réseau et ses fiches techniques  
**Les 4 saisons du jardinage** - éd. Terre Vivante  
**La consommation citoyenne** - Alternatives économiques - 2003  
**Placements : vous avez dit éthique ?** - Que Choisir - 2003

## Plaquettes

**Je veux être un(e) éco-citoyen(ne)** - Agir pour l'environnement et le développement durable  
**Pour une consommation éthique, exigeons un label social** - Collectif de l'Éthique sur l'étiquette  
**Les énergies renouvelables en Bretagne** - Ciele  
**Mce - collection "Consommons autrement"**  
 Signes officiels d'identification, comment les reconnaître ?  
 Avec ou sans phosphates ? On peut choisir !  
 Biologique, raisonnée, durable; on en parle...  
 Reconnaître les "vrais" labels et logos écologiques  
**Les 4 Livrets jardinage diffusés par la Mce**  
 Pesticides danger !  
 Comment jardiner sans pesticides  
 Bien choisir ses engrais au jardin  
 Composter, c'est facile  
**Guides pratiques** - Ademe

## Annuaire

**Plateforme pour le commerce équitable**  
**Manger bio en Bretagne** - Inter bio Bretagne

## Ouvrages

**L'abécédaire** - Réseau solidarité avec le mouvement Peuples solidaires  
**Guide écologique de la famille** - Claire Le Bouar et Marie France Belotti - éd. Sang de la Terre  
**Écocitoyen au quotidien** - J. Chaib et Jean Paul Thorez - éd. Sang de la Terre  
**L'écolo guide** - Amis de la Terre de Paris et L'écologie pour Paris - éd. L'écologie pour Paris  
**Le guide éthique du consommateur** - Observatoire de l'éthique - éd. Albin Michel.  
**Le petit guide du jardinage biologique** - Jean Paul Thorez - éd. Terre Vivante.  
**Atlas mondial du développement durable** - Editions Autrement.

**Agir localement,  
pour des effets  
proches ou À  
L'AUTRE BOUT  
DE LA PLANÈTE,  
agir aujourd'hui  
pour CEUX QUI  
VIENDRONT DEMAIN,  
être un consommateur  
responsable et citoyen, c'est  
passer DU CONSOMMATEUR  
AU CONSOM'ACTEUR.**

**Peut-on aujourd'hui satisfaire nos besoins sans compromettre la satisfaction des besoins des générations futures ?**

**Oui. Pour cela il faut penser et mettre en œuvre un développement durable, qui se préoccupe aussi bien de la préservation des ressources de la planète (eau, énergie, terre...) que des conditions de travail de ceux qui produisent tout ce que nous consommons.**

**Loin de n'être que l'affaire des spécialistes ou des politiques, le développement durable concerne chacun d'entre nous et chacun, à son niveau, est en mesure de faire quelque chose.**

**L'addition de milliers de petits gestes au quotidien, dans chaque domaine de la consommation, peut peser assez pour aider à restaurer l'équilibre.**

**Ce livret se veut être un outil pratique qui offre quelques pistes au consommateur-acteur dans ses choix quotidiens. Il n'est pas exhaustif mais est le reflet des principales préoccupations en matière de développement durable.**

**Maison de la Consommation et de l'Environnement  
48 boulevard magenta 35000 Rennes  
Tél. : 02 99 30 35 50  
<http://www.mce-info.org>**