



Véganisme et zéro-déchet

Par Joanie Labonté, Catalina Gutiérrez



Être végane n'implique pas seulement de se soucier des animaux exploités pour notre consommation (alimentation, divertissement, habillement, science), mais aussi de veiller à ne pas polluer les habitats des animaux vivants en liberté

Table des matières

1. Qu'est ce que le Zéro déchet (ZD) ?
2. Statistiques sur la production de déchets au Québec
3. Réflexions sur le mouvement Zéro Déchet
4. En quoi le véganisme et le Zéro Déchet sont liés?
5. Les impacts de nos déchets : Le cas du plastique
6. Trucs et ressources

Qu'est-ce qu'un déchet?

“ Tout résidu, matériel, substance ou débris rejeté à la suite d'un processus de production, de fabrication, d'utilisation ou de consommation. “ (Recyc-Québec)

- Dans la nature, il n'y pas de déchets. Tout ce qui est rejeté par un organisme devient la ressource pour un autre.
- Chez les humains : Matières résiduelles! On a trouvé plusieurs façons pour en disposer : Sites d'enfouissement, dépotoirs ou incinération.

D'ici 2025, la quantité mondiale de déchets produite dans les villes va doubler



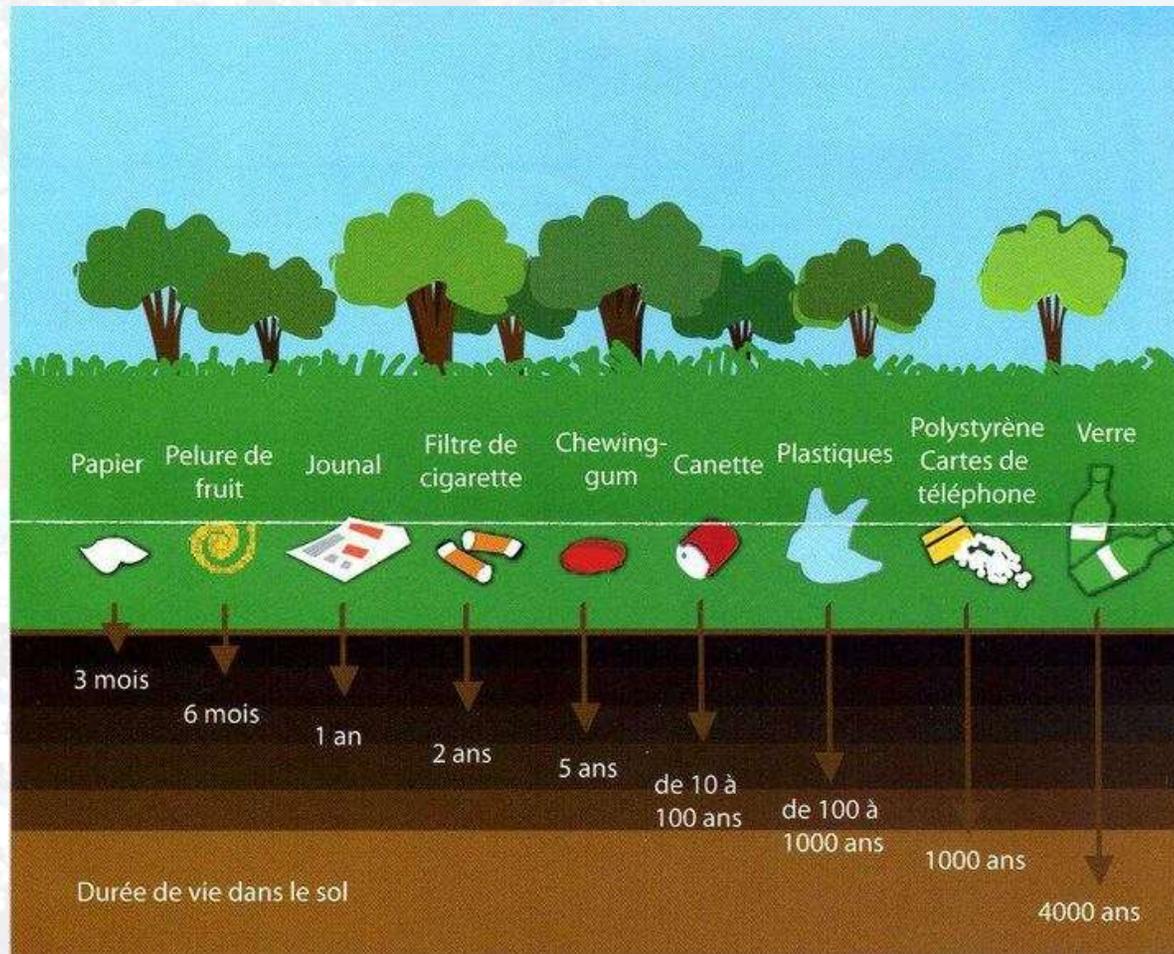
Statistiques pour le Québec

- L'équivalent de **11 tonnes de déchets par minute** sont envoyées dans un site d'élimination (enfouissement ou incinération)
- Les 5 sites d'enfouissement (qui reçoivent 75% de l'ensemble des matières) sont à 82% de capacité
- En 2015, il s'est vendu près de **2 milliards de contenants de boissons à usages uniques**
- En moyenne, un bébé canadien de six mois aura déjà consommé autant de ressources qu'une personne vivant dans un pays en voie de développement tout au long de sa vie.



Source : Hutchinson (2011) et (2017)

Temps de dégradation des matières dans la nature



Les limites du recyclage



- Le recyclage est important, mais il comporte ses limites! Gestion des matières résiduelles en fin de vie.
- La récupération et le recyclage nécessitent de l'énergie, du temps et de l'argent!
 - 60 % des matières vendues par les centres de tri sont exportés hors Québec pour y être recyclées (Bilan Recyc-Québec, 2015)
- Plusieurs produits ne sont pas recyclés ! Ou sont difficilement recyclable !

Les limites du recyclage



- Malgré tous nos efforts depuis plusieurs années, seulement 54% des matières résiduelles (plastique, carton, verre, métal) sont recyclées!

Acheminement aux fins de recyclage des matières provenant des résidences en 2015

| | Plastique (%) | Verre (%) |
|------|---------------|-----------|
| 2007 | 9 | |
| 2012 | 16 | 43 |
| 2015 | 18 | 14 |

Source : Bilan Recyc-Québec (2015)

Serait-il possible de faire une gestion différente?

Vers une société zéro déchet!

La société zéro-déchet : Un projet collectif!

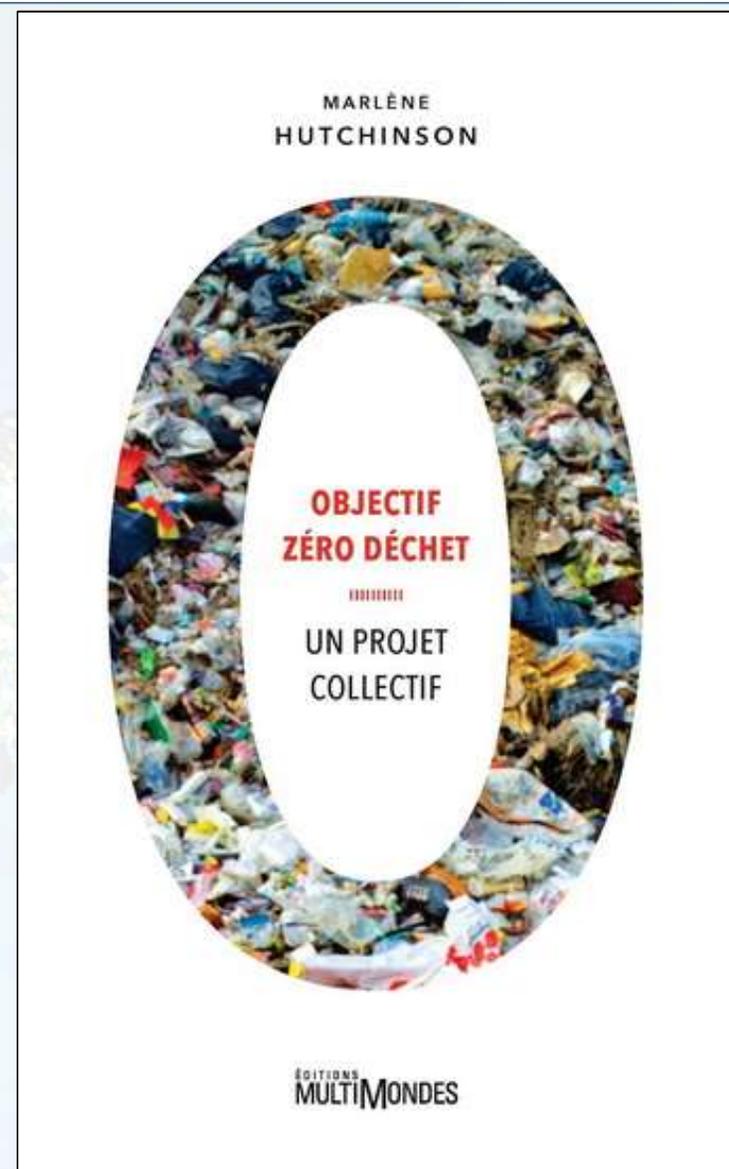
Une société dans laquelle les acteurs voient en amont la gestion des matières résiduelles, au-delà du recyclage, en intégrant la réduction à la source.

CITOYEN-NNE

ENTREPRISE

ORGANISME
REGROUPEMENT

GOUVERNEMENT



Qu'est-ce que le zéro déchet?

- Mode de vie visant à réduire au maximum sa quantité de déchets produits.
 - Repenser sa façon de consommer : Plus responsable et raisonnée
 - Lutter contre la surconsommation
 - Réduire notre impact écologique

Le meilleur déchet est celui que l'on ne produit pas!

Les 5 « R » du Zéro déchet



Réflexions sur le mouvement zéro déchet

- Ne pas s'arrêter au produit final, mais penser au cycle de vie du produit
 - Ressources requises / Fabrication / Transport / Emballage / Utilisation / Élimination
- Attention au marketing Zéro déchet
- Rendre le zéro déchet accessible
- Véganisme? Impact environnementaux de l'agriculture animale?

Véganisme et mouvement zéro déchet!

- Minimisation de l'utilisation des ressources
 - Terre
 - Eau
 - Nourriture
 - Énergie
- Diminution de la pollution de l'eau, des sols et de l'air.
 - Secteur de l'élevage ainsi que la production de cuir.
- Tout cela entraîne un impact direct sur les animaux sauvages et leurs habitats!



L'exemple de la pêche !

La pêche: déchets et gaspillage

- 46% des déchets plastiques de la gigantesque décharge qui flotte dans le Pacifique sont des engins de pêche
- 35% des poissons pêchés dans le monde entier ne parviennent jamais à l'assiette

Aquaculture

- Massacre de milliards d'individus et gaspillage de ressources: on élève des poissons pour nourrir d'autres poissons carnivores que l'on mange après
- Destruction des écosystèmes: énormes quantités de déchets organiques (matières fécales) et des eaux usées toxiques

Quelques impacts de nos déchets sur les habitats des animaux

- Pollution de l'eau
 - Déversement des eaux usées directement dans les rivières
 - Déchets agricoles et industriels: acidification de l'eau
 - Déchets plastiques
- Pollution des sols
 - Déchets agricoles et industriels
- Pollution atmosphérique: réchauffement climatique
 - Sites d'enfouissement: émissions de méthane
 - Élevage: émissions des gaz à effet de serre



En 2016, des milliers de poissons sont morts dû à un déversement d'eaux usées dans la riv. Yamaska (Journal de Montréal, 2016)

Le plastique: pourquoi est-il un problème?

- Matière synthétique non-biodégradable
- Durable
- Production à faible coût
- Résistant
- Légère

N'oublions pas que le plastique prend entre 100 et 1000 ans pour se dégrader!



Le plastique: pourquoi est-il un problème?

Production insoutenable

- Surconsommation
 - Production annuelle de plus de 300 millions de tonnes (0.5 millions en 1950 à 300 millions en 2015)
 - 8.3 milliards de tonnes métriques fabriquées depuis 1950 et chaque pièce de plastique ayant été produite existe toujours quelque part dans le monde
- Environ 4% de la production de pétrole au niveau mondial est consacré à la production de plastique
- 1/3 de la production totale est dédié à des produits à usage unique

Gestion de matières résiduelles et déchets plastiques

- Une politique globale serait nécessaire

Le plastique et les animaux aquatiques

- 10% des déchets plastiques se retrouvent directement dans les océans (8 millions de tonnes annuellement)
- 80% des déchets qui se retrouvent dans l'eau sont du plastique
- 70% des déchets plastiques coulent et se cumulent dans les fonds marins



John Cancalosi – National Geographic

A photograph of a sea turtle swimming in clear blue water. A large, crumpled piece of clear plastic is floating in the water, partially obscuring the turtle's head. The turtle's shell is visible, showing its characteristic scutes. The background is a deep blue, suggesting an underwater environment.

Ingestion de plastique

- Lésions et inflammations du tract digestif
- Sensation de satiété
- Mort

Ingestion de plastique

- Objets en plastique
- Microparticules
 - Primaires
 - Microbilles
 - Microfibres
 - Secondaires



Chris Jordan, 2009

90% des oiseaux marins ont mangé du plastique au moins une fois dans leur vie

Le cas de l'Albatros Laysan

- Une étude menée sur l'île de Midway a estimé que la moitié des 500 000 nouveaux-nés meurent chaque année après avoir été nourris de plastique
- La palme : Un jeune albatros de seulement quatre mois a été retrouvé avec 306 pièces de plastiques dans son estomac, dont la plus longue était de 6 pouces. (Bowermaster, 2010)



Photo Credit: Forest and Kim Starr via Flickr CC





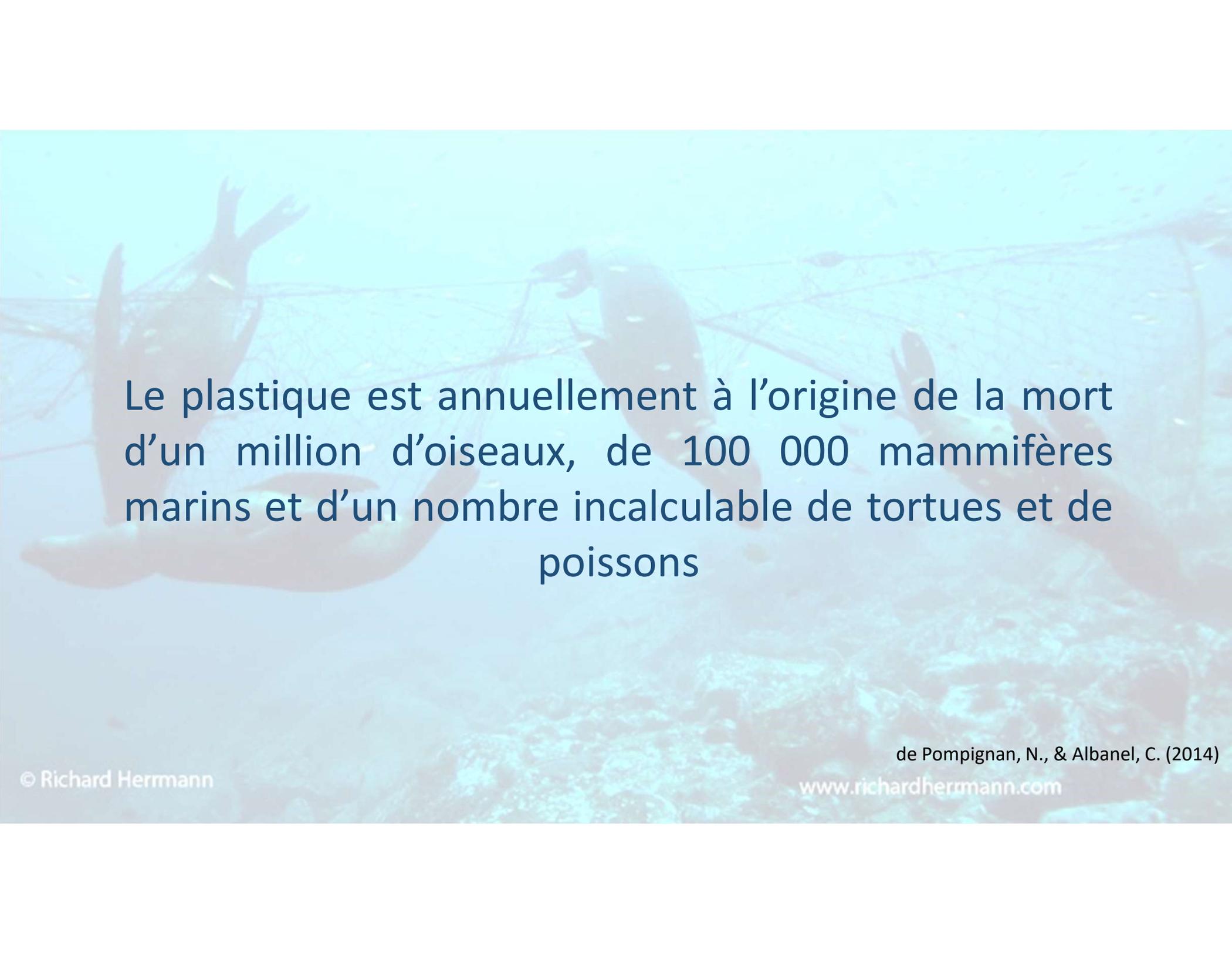
Chris Jordan, 2009

L'empêchement

- Diminution des capacités locomotrices
- Diminution des capacités d'alimentation
- Augmentation significative de la dépense énergétique
- Stress physiologique et psychologique
- Développement d'infections chroniques
- Mort





An underwater photograph showing several sea lions swimming near a fishing net. The scene is dimly lit, with a blueish tint. The sea lions are dark against the lighter water. The fishing net is visible as a series of lines and mesh. The text is overlaid on the center of the image.

Le plastique est annuellement à l'origine de la mort
d'un million d'oiseaux, de 100 000 mammifères
marins et d'un nombre incalculable de tortues et de
poissons

de Pompignan, N., & Albanel, C. (2014)

© Richard Herrmann

www.richardherrmann.com

Quelques trucs pour la vie de tous les jours

Réduire sa consommation = réduire ses déchets

Rappelez-vous de la pyramide de cinq R: Refuser, Réduire, Réparer/Réutiliser, Recycler et Composter

- Devenir végane 😊 (si vous ne l'êtes pas encore)
- Acheter usagé (friperie, groupe Facebook As-tu ça toi?, magasin de meubles usagés)
- Acheter des produits durables
- Éviter le gaspillage alimentaire
- Acheter en vrac dans des contenants réutilisables
 - Aliments secs et frais : en passant des lentilles sèches aux cubes de tofu, huile de coco et hummus
 - Produits cosmétiques
 - Produits nettoyants

Quelques trucs pour la vie de tous les jours

Dans vos évènements

- Résister à la tentation des produits jetables (parce que c'est plus simple)
- Prévoir un bac à compost et un bac pour faire la vaisselle
 - Gros évènement : Équipe vaisselle
- Servir de la nourriture non emballée : Résister à la tentation de la boîte à lunch individuelle ou de la pellicule plastique
- Spécifier que c'est un événement zéro déchet

Restaurant et sorties

- Demander aux restaurants pour qu'ils offrent de la vaisselle réutilisable
- Avoir toujours un petit plat dans son verre pour ramener les restants

Plusieurs commerces en vrac (végane/végane-friendly)

Montréal

- Biothentique (Hochelaga)  + BIO
- Frigo vert (métro Guy Concordia) - Épicerie anticapitaliste et végétarienne
- LOCO (métro Jarry et métro Verdun)
- Méga vrac
- Vrac et Bocaux

Sherbrooke

- Le silo BIO

Québec

- Les Gourmandises Louca (épicerie et café resto végane)  + BIO
- Le haricot magique
- La récolte

Un peu partout au Québec

- NousRire (végane)  + BIO

Livres recommandés et ressources

- Veganism and minimalism - Michael Ofei et Maša Ofei
- La simplicité volontaire - Serge Mongeau
- Objectif zéro déchet - Marlène Hutchison
- Vos déchets et vous - Marlène Hutchison
- Association Québécoise Zéro Déchet (<https://www.aqzd.ca/>)
- Circuit Zéro Déchet (<https://circuitzerodechet.com/>)
- Multitudes de groupes facebook Zéro Déchet (par ville)



Références

- Hutchinson, M. (2017). Objectif zéro déchet. Éditions MultiMondes.
- Hutchinson, M. (2011). *Vos déchets et vous: Un guide pour comprendre et agir*. Éditions MultiMondes.
- Recyc-Québec: <https://www.recyc-quebec.gouv.qc.ca/sites/default/files/documents/bilan-gmr-2015.pdf>
- Bowermaster, J. (Ed.). (2010). *Oceans: The Threats to Our Seas and What You Can Do to Turn the Tide*. PublicAffairs.
- de Pompignan, N., & Albanel, C. (2014). Océan alerte rouge: chroniques d'un désastre annoncé. Editions L'Harmattan.
- FAO (2018). The State of the world fisheries and aquaculture <http://www.fao.org/state-of-fisheries-aquaculture/en/>
- Baleines en direct (Golfe du Saint-Laurent) <https://baleinesendirect.org/>
- Les microparticules: cosmétiques et fibres textiles <https://www.greenpeace.ch/fr/2017/07/21/les-microplastiques-particules-cosmetiques-et-fibres-textiles/>

Autres / Articles de presse:

- National Geographic: Great Pacific garbage patch isn't what you think (2018) <https://news.nationalgeographic.com/2018/03/great-pacific-garbage-patch-plastics-environment/>
- Le Devoir: Eaux usées long nettoyage en vue pour les villes (2017) <https://www.ledevoir.com/politique/quebec/489189/eaux-usees-long-nettoyage-en-vue-pour-les-villes>
- Québec Science: Les mégots hautement toxiques pour les crustacés (2018) <https://www.quebecscience.qc.ca/environnement/les-megots-hautement-toxiques-pour-les-crustaces/>
- Le monde: Fumer nuit gravement à la santé des poissons (2018) https://www.lemonde.fr/planete/article/2018/07/17/fumer-nuit-gravement-a-la-sante-des-poissons_5332789_3244.html
- Radio-Canada: Un poisson coincé dans un anneau de plastique suscite l'indignation (2017) <https://ici.radio-canada.ca/nouvelle/1064842/poisson-environnement-pollution-plastique-alberta>
- <https://www.journaldemontreal.com/2016/10/04/saint-hyacinthe-a-rendu-80des-poissons-malades>



Questions ? Commentaires ?