



# La réduction



Un beau dimanche ensoleillé, va faire un tour devant un centre commercial : tu verras que, la plupart du temps, les stationnements sont bondés. En d'autres mots, des milliers de gens choisissent de magasiner dans leurs temps libres. Mais pourquoi ressent-on un si fort besoin de consommer ? Qu'est-ce qui nous y pousse ?

## Le savais-tu ?

Les études démontrent que nous voyons en moyenne 3 000 publicités par jour<sup>1</sup>. La publicité est omniprésente dans nos vies. Mais où voit-on ces pubs ? Saurais-tu le dire ?

Regarde [cette vidéo sur la publicité](#).

Même si tu vois des publicités dans ta vie de tous les jours, sache qu'il existe une loi qui empêche les entreprises de cibler directement les enfants de moins de 13 ans<sup>2</sup>. Étais-tu au courant ? Selon toi, pourquoi cette loi existe-t-elle ?

La publicité nous pousse à acheter, et acheter, c'est... polluer. En effet, chaque fois que l'on achète un produit, on encourage l'extraction de matières premières (ça pollue), la production de l'objet (ça pollue), son emballage (ça pollue), son transport vers les magasins (ça pollue) et la pollution va continuer au moment où on va se débarrasser de son emballage et de l'objet lui-même... ouch !



## Heureusement, les gens changent les choses !

De plus en plus de gens priorisent plutôt la réduction à la source en achetant moins. Il existe même chaque année une Journée sans achat<sup>3</sup> ! En plus de refuser de se laisser embobiner par la publicité et la société de consommation, on peut encourager des initiatives qui favorisent :

- Le partage
- L'emprunt
- La location
- L'achat usagé



**Peux-tu donner des exemples de situations où l'on peut partager, emprunter, louer ou acheter usagé plutôt qu'acheter du neuf ?**



<sup>1</sup> <https://habilomedias.ca/litt%C3%A9rature-num%C3%A9rique-et-%C3%A9ducation-aux-m%C3%A9dias/enjeux-des-m%C3%A9dias/publicit%C3%A9-et-consommation>

<sup>2</sup> <https://www.opc.gouv.qc.ca/consommateur/sujet/publicite-illegale/enfants/>

<sup>3</sup> [http://www.in-terre-actif.com/252/journee\\_mondiale\\_sans\\_achats](http://www.in-terre-actif.com/252/journee_mondiale_sans_achats)

## Les 5RV-E

Voici un petit groupe de lettres qui peut nous inspirer grandement lorsque vient le temps de poser des gestes pour protéger davantage l'environnement : les 5RV-E, soit 1) Repenser, 2) Refuser, 3) Réduire, 4) Réutiliser, 5) Recycler, 6) Valoriser et 7) Éliminer.

**Voici ce que ça donne quand on pense à la réduction à la source :**



1

### Repenser

Avant d'acheter, y penser comme il le faut. En ai-je vraiment besoin ?

2

### Refuser

Ne pas se laisser influencer par la publicité et toute la pression que l'on ressent pour acheter, encore et encore. On dit STOP !

3

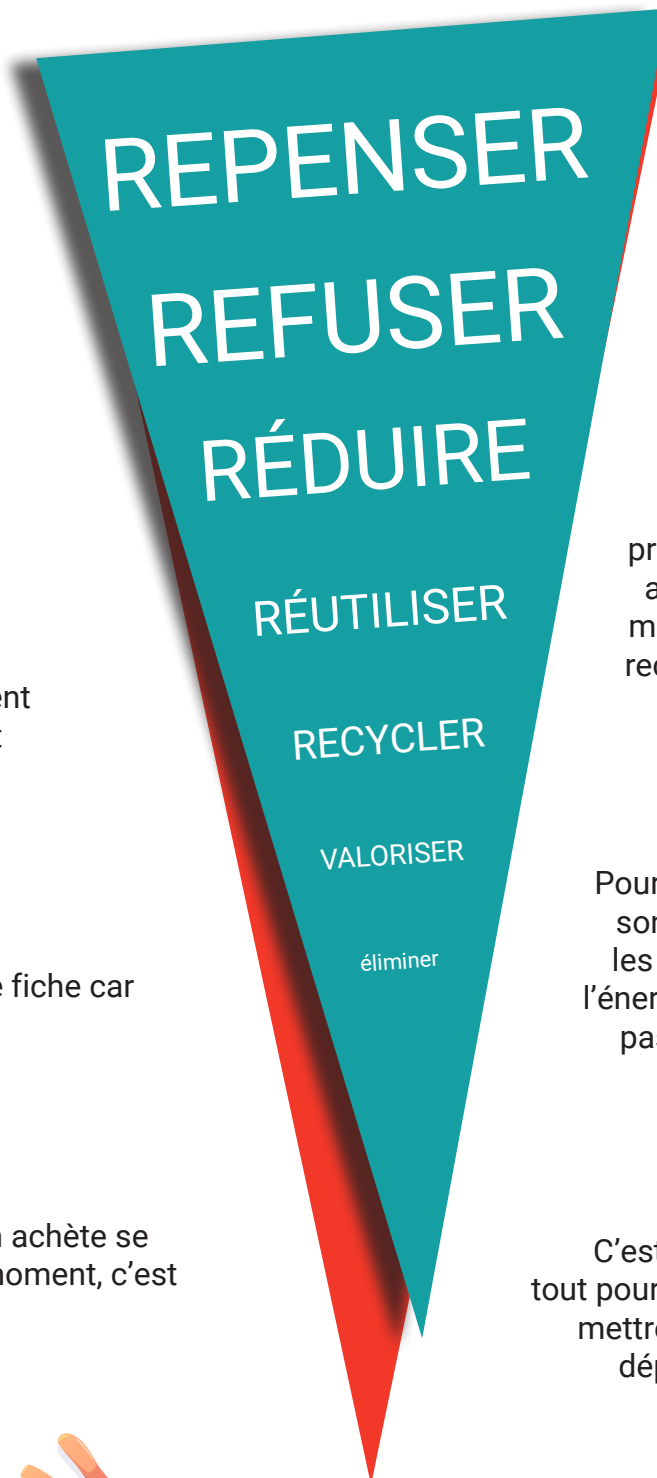
### Réduire

C'est le thème de cette fiche car c'est si important !

4

### Réutiliser

Si au moins ce que l'on achète se réutilise pour un bon moment, c'est encourageant !



5

### Recycler

Un dernier recours. Une fois qu'on a suivi les 4 premiers R, si on se retrouve avec du papier, du verre, du métal ou du plastique qui se recycle, ça va dans le bac de récupération.

6

### Valoriser

Pour certaines matières qui ne sont pas recyclables, on peut les valoriser en produisant de l'énergie. Cependant, il ne s'agit pas de réduction à la source.

7

### Éliminer

C'est le dernier choix, et on fait tout pour l'éviter : éliminer veut dire mettre à la poubelle, et donc, au dépotoir la plupart du temps.



## Une journée de publicités : qu'en penser ?

Quelles sont les publicités que tu peux voir dans une journée ? Choisis une journée précise et note chaque publicité que tu vois entre ton lever et ton coucher. Porte attention aux publicités qui se trouvent sur les objets de la vie courante, sur Internet, etc. Le lendemain, note celles qui t'ont donné envie de consommer et pourquoi. Considères-tu que cela répondrait à un réel besoin ou à un désir ? Est-ce que certaines publicités ont créé un faux besoin chez toi ? Pourquoi ?

### Ressources supplémentaires pour les enseignantes et enseignants

Voici quelques ressources supplémentaires pour parler de publicité, de surconsommation et de réduction à la source avec les enfants :

- [Cahier spécial de Protégez-vous](#) sur la publicité et les enfants
- [Dossier de Habilos Médias](#) sur la Journée sans achat

## Besoins et solutions

Identifie les besoins d'achats de ta famille pour lesquels tu pourrais recommander une solution de réduction à la source. Cherche où trouver l'alternative que tu préconises. Tu peux t'aider du tableau suivant en remplissant la première et la dernière colonne par des mots et en cochant le type de solution que tu as choisie :

Besoin de la famille	REFUSER C'était un faux besoin !	Partager	Emprunter	Louer	Acheter usagé	Comment s'y prendre ?
Ex. Accrocher des cadres sur les murs			X			Ex. En allant à la « bibliothèque d'outils » de mon quartier pour emprunter une perceuse



### Une activité pour aller plus loin

Connais-tu les événements Troc tes trucs ? Lors de ces journées, tu peux te départir des choses dont tu n'as plus besoin et repartir avec des objets qui vont réellement te servir. Organise un Troc tes trucs dans ta classe ! Pense notamment à un système de jetons qui permettra à chacune et chacun de troquer ses trucs de manière ludique et efficace.

### Fais connaître tes réalisations !

**Vous avez fait de beaux projets dans ta classe ? Avez-vous pris des photos ? N'oublie pas de diffuser les fruits de vos démarches sur les réseaux sociaux. D'autres jeunes pourraient se laisser inspirer par vous ! #réduireàlasource**