

# G'ECO 2.7

*Hiver 2018/2019*



**Réduire nos  
déchets**

**Légumes et  
fruits d'hiver**

**Paroles de  
bénévoles**

Union locale CLCV Montpellier  
23 avenue de Nîmes Résidence Utrillo 34000 MONTPELLIER  
Téléphone : 04.67.60.31.10 Email: montpellier@clcv.org  
Blog: [www.clcv-montpellier.org](http://www.clcv-montpellier.org) Twitter: @ClcvMontpellier

## Responsable de la publication :

Simone BASCOUL

## Ont participé à ce numéro :

Jacqueline JAMET

Denis RANDON

Armelle RODRIGUEZ

Marine PERRIER

Muriel BRUNET

Carole ZERHOUNI

Depuis 1983, l'association internationale des consommateurs "Consumer International" célèbre la journée mondiale des droits des consommateurs le 15 mars. Dans un discours devant le Congrès américain, le 15 mars 1962, le président américain J.F. Kennedy avait énoncé les quatre droits fondamentaux du consommateur : droit à la sécurité, droit à l'information, droit de choisir et droit d'être entendu.

Cette année, le thème de la journée sera **des produits connectés de confiance**.

Les produits connectés ou « intelligents » sont reliés à Internet et reçoivent, collectent et transmettent des données. À l'échelle mondiale, on compte actuellement 23,1 milliards de produits connectés, soit trois fois plus que d'êtres humains. Les produits connectés vont devenir une réalité quotidienne pour les consommateurs de tous les pays, marquant ainsi un changement drastique dans la manière dont bon nombre d'entre eux interagissent avec les biens et services.

L'émergence des technologies connectées représente de nouvelles opportunités pour les consommateurs, comme l'accès à de nouveaux services, des produits plus réactifs ou encore plus de commodité et de choix. Cependant, ils présentent également une source importante d'inquiétudes : manque de sécurité, questions de confiance, de libertés et d'empreinte écologique, vie privée et choix significatifs sur la manière dont nous les utilisons, ainsi qu'une absence de clarté sur les responsabilités de chacun en cas de problème. Le numérique se trouve sur la sellette.

**La CLCV propose un rdv convivial d'échanges et d'information, ouvert à tous les consommateurs intéressés : le vendredi 15 mars 2019 de 15h au 17h à la Gazette Café - 6 Rue Levat à Montpellier.** Cette semaine là, elle distribuera un livret d'information sur les droits des consommateurs lors de ses permanences.

Retrouvez toutes les informations sur notre blog : [www.clcv-montpellier.org](http://www.clcv-montpellier.org).

Bonne lecture

## SOMMAIRE

Légumes et fruits du moment .....	3
Déchets de plastiques .....	4
Réduisons nos déchets - Lutte contre le gaspillage alimentaire.....	5
Action Sensi-Gaspi.....	6
Chasse aux trésors à Pompei & Co .....	7
Paroles de bénévoles .....	8

# Légumes et fruits du moment

Nous retrouvons presque tous les fruits et légumes sur les étals des commerces et cela toute l'année. Mais pourquoi ne pas privilégier leurs consommations aux meilleurs moments.

L'exemple de la tomate est le plus parlant car consommer une tomate en hiver n'aura pas la même saveur qu'une tomate de jardin récolté en été et cela est vrai pour toutes les variétés de légumes.

Mais si vous souhaitez vraiment manger des légumes hors saison...la solution la plus simple consiste à les acheter en pleine saison de production et cela à petit prix puis de les congeler ou faire des conserves.

Consommer responsable, c'est aussi contrôler l'origine géographique des produits présentés sur les étals. Préférez au maximum les fruits et légumes cultivés près de chez nous, afin de soutenir l'économie locale et valoriser les initiatives territoriales.

Un fruit local et de saison, cueilli à maturité quelques jours avant de le manger, aura des qualités gustatives et nutritionnelles bien plus importantes qu'un fruit qui a mûri au frigo sur un bateau.

Une autre difficulté pour les consommateurs : savoir repérer les produits cultivés sous serre, mais qui sont affichés comme venant de France, alors qu'ils sont hors saison, d'autant plus que l'affichage du mode de culture n'est pas obligatoire et donc souvent absent.

La culture sous serre nécessite jusqu'à neuf fois plus d'énergie qu'une production à l'air libre - cette technique requiert en effet un chauffage constant pour une température ambiante stable, et parfois même l'utilisation de lumières artificielles... sans compter évidemment l'ajout de produits chimiques si la culture n'est pas bio et que les produits doivent voyager.

Alors privilégions les fruits et légumes du moment.



FÉVRIER	
FRUITS	LÉGUMES
Citron	Ail
Kiwi	Betterave
Mandarine	Carotte
Orange	Céleri
Pamplemousse	Choux de Bruxelles
Poire	Endive
Pomme	Frisée
	Mâche
	Navet
	Oignon
	Poireau
	Pomme de terre



MARS		
FRUITS	LÉGUMES	
Citron	Asperge	Oignon
Kiwi	Betterave	Poireau
Orange	Blettes	Pomme de terre
Pamplemousse	Carotte	
Poire	Céleri	
Pomme	Choux de Bruxelles	
	Endive	
	Epinards	
	Frisée	
	Navet	



# Déchets de plastique, une invasion insidieuse

Le précédent numéro avait abordé le recyclage des déchets plastiques et les difficultés à surmonter. Mais le recyclage ne représente aujourd'hui qu'une petite partie des déchets.

La production mondiale de plastiques est passée de 1,5 million de tonnes (Mt) en 1950 à 288 Mt en 2012, 320 Mt en 2015, 335 Mt en 2016, 348 Mt en 2017. Cette industrie consomme de l'ordre de 10 % de la production mondiale de pétrole.

L'Europe est le deuxième producteur de plastiques au monde derrière la Chine, avec un peu plus de 20% de la production.



S'il est possible de connaître le tonnage produit, il n'en va pas de même pour la quantité de déchets. D'ailleurs, elle ne doit pas être comparée à la production, car si la durée de vie du sac plastique que mon boucher s'obstine à utiliser est courte, celle de la porte en PVC sera de plusieurs dizaines d'années. Par ailleurs, seuls les déchets collectés annuellement peuvent être comptabilisés, pas ceux qui sont abandonnés dans la nature.

Or il suffit de regarder autour de soi, pour constater qu'ils sont omniprésents. La pollution est un fléau mondial, pollution visuelle, parfois spectaculaire, mais insidieuse aussi, car le polymère va se fragmenter sous l'effet du soleil, variations de température, oxydation,... L'action de micro-organismes va poursuivre la désagrégation en « microplastiques », fragments de quelques millimètres, voire moins.

Ce sont des déchets à longue durée de vie, qui se dégradent très lentement et s'accumulent progressivement dans les océans, dans tous les océans, y compris les zones polaires et les grands fonds. Quant à notre Méditerranée, mer fermée dont l'eau se renouvelle lentement, elle devient peu à peu une soupe au plastique.

Les déchets sont apportés dans le milieu marin surtout par les cours d'eau. Les études concernant ce milieu sont plus rares. Une concentration de microplastiques a été constatée dans les Grands Lacs nord-américains, dans le lac de Garde en Italie, dans l'estuaire de la Tamise. En France, une étude de l'Institut National de l'Environnement Industriel et des Risques (INERIS) a mis en évidence la contamination d'un poisson d'eau douce aux microplastiques.



Nous aurons l'occasion de revenir sur les sujets que nous venons de survoler. Mais déjà n'hésitez pas à voir ou revoir l'émission "Plastique, la grande intox" (Cash Investigation, France 2 du 11 septembre 2018). Si ce documentaire vous paraît long, sachez que les 10 premières minutes proposent un remarquable tour d'horizon.

[https://www.francetvinfo.fr/replay-magazine/france-2/cash-investigation/cash-investigation-du-mardi-11-septembre-2018\\_2925427.html](https://www.francetvinfo.fr/replay-magazine/france-2/cash-investigation/cash-investigation-du-mardi-11-septembre-2018_2925427.html)

# Réduisons nos déchets !

Chaque année, la **Semaine européenne de la réduction des déchets (SERD)** a pour objectif de sensibiliser tout un chacun à la nécessité de réduire la quantité de déchets qu'il produit.

Dans le cadre de la SERD, qui s'est déroulée du 19 au 23 novembre 2018, Montpellier Méditerranée Métropole proposait, avec la participation des associations (dont la CLCV), des animations pour consommer mieux et réduire ses déchets. Cette année, étaient organisés notamment des collectes solidaires (avec Emmaüs), un troc étudiant de vêtements et objets, un atelier "vélo-smoothie" (transformation de fruits de récupération en pédalant sur un vélo équipé d'un blender)...

La CLCV de Montpellier animait un stand le mercredi 21 novembre sur le site de la faculté Richter. Une occasion de parler avec les étudiants des achats de produits alimentaires et autres, de la production de déchets, du gaspillage alimentaire...

Sur le stand CLCV sont exposés quelques produits courants dans différents conditionnements, du standard au plus élaboré. Le but est de visualiser la différence de quantité de déchets produits et de montrer que ce coût environnemental s'accompagne d'un coût financier, l'un et l'autre non négligeables.



On met l'accent sur les différences de prix et la quantité de déchets produits selon le conditionnement. Cela permet aussi de relever quelques incohérences de prix, sans doute dues à la stratégie de vente, et par là de noter l'utilité pour le consommateur de vérifier le prix au kilo ou au litre lors de ses achats.

## Actions de lutte contre le gaspillage alimentaire

La CLCV intervient au Collège Louis Germain de Saint Jean de Védas dans le cadre d'une action éducative territoriale financée notamment par le Collège et le Conseil Départemental.

**En mars 2019, 6 interventions de 2 h dans chaque classe de 5<sup>ème</sup> sont programmées le thème de la lutte contre le gaspillage alimentaire (GA) :** définition et conséquences du GA, quizz, décryptage de publicités, lecture des étiquettes et repérage des mentions de durabilité du produit, ....

A cette occasion, les collégiens complètent le livret pédagogique créé par la CLCV « *Bien manger sans gaspiller* » et les amène à réfléchir sur leurs pratiques de consommation en listant leurs astuces anti-gaspi à la maison, au self, au restaurant, aux courses. Ce travail s'inscrit dans une action plus globale de sensibilisation au développement durable menée par les professeurs de SVT.

L'équipe d'intervenants de la CLCV est mobilisée autour de ces questions environnementales depuis longtemps. **Une journée de formation des bénévoles** animée par les salariés et organisée le **mardi 26 février 2019** permettra d'approfondir les connaissances sur le gaspillage alimentaire, de réfléchir aux comportements respectueux de l'environnement et de préparer les contenus d'intervention et les animations pour les différents publics (collégiens, habitants des quartiers prioritaires, tous consommateurs). Cette action est financée en 2018 dans le cadre du Fonds de Développement de la Vie Associative,

**Ces actions vous intéressent, contactez nous pour y participer !! [herault@clcv.org](mailto:herault@clcv.org)**

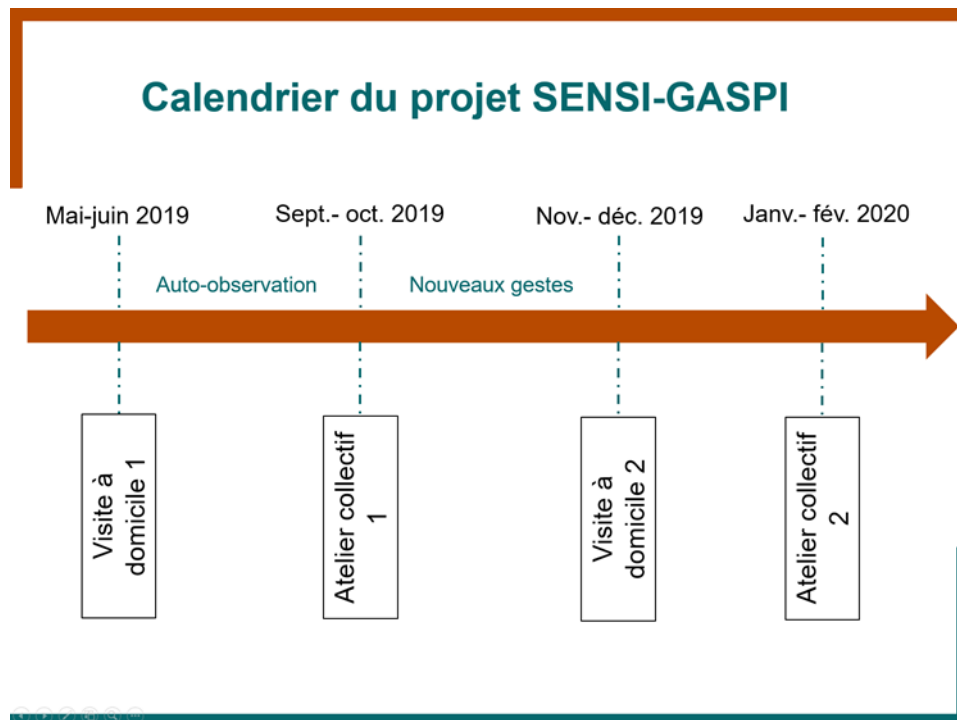
# SENSI-GASPI recherche foyers témoins !

Sensi-Gaspi est un projet de recherche-action financé par l'ADEME (Agence de l'Environnement et de la Maitrise de l'Énergie) qui vise à accompagner les familles dans la réduction du gaspillage alimentaire. Il est mené en partenariat avec l'université de Nîmes, le bureau de recherche Environnons de Montpellier et la CLCV.

**Nous recherchons des familles de profils différents :**

**habitant en maison ou appartement ; en ville ou en périphérie ou à la campagne ; étant propriétaire ou locataire ; vivant seul, en couple avec ou sans enfants.**

Si vous souhaitez participer au projet, voici le calendrier des étapes qui vous attendent :



- En mai / juin 2019 : Une première **visite à domicile** avec un chercheur pour remplir un questionnaire et de discuter de vos pratiques alimentaires. Des supports d'auto-observation vous seront remis pour vous permettre d'analyser vos pratiques, de remplir librement un carnet de bord, ...
- En septembre / octobre 2019 : Un **atelier participatif** pour échanger avec les autres familles. Une nutritionniste donnera des conseils pour adopter une alimentation saine et limiter le gaspillage alimentaire et vous accompagnera pour co-construire une liste de gestes quotidiens efficaces.
- En novembre / décembre 2019 : Une **deuxième visite à domicile**, pour faire le bilan, échanger sur les changements mis en œuvre, les difficultés rencontrées, les solutions identifiées, etc.
- En janvier / février 2020 : Un **deuxième atelier collectif** pour vous remercier de votre participation, clôturer le projet en présence du comité de pilotage, de l'équipe de recherche.

Cette action commencera par une sélection des foyers témoins lors d'une rencontre de présentation du projet **le samedi 6 avril 2019**, à l'issue de l'assemblée générale de la CLCV de Montpellier à **11h à la Maison pour Tous Albert Dubout - 1071 Avenue de la justice de Castelnaud à Montpellier**. Si vous êtes intéressés pour participer à ce projet, contactez nous au 06.23.41.03.55. ou sur [herault@clcv.org](mailto:herault@clcv.org).

# « Pompi & Co » fait sa chasse aux trésors

Durant la Semaine Européenne de Réduction des Déchets du 17 au 25 Novembre 2018, La CLCV de Montpellier s'est investie en mobilisant notamment les habitants et les bénévoles de l'association autour de l'espace de vie sociale « Pompi & Co' » situé sur le quartier de la Pompignane pour deux actions :

## La chasse aux trésors des déchets 2ème édition le Mercredi 21 Novembre 2018 de 14h à 17h :

Grâce au soutien de Montpellier Méditerranée Métropole qui nous a prêté pinces, gants et sacs pour assurer notre collecte, nous avons récolté 12 grands sacs de déchets durant 2 heures de ramassage. Parmi la chasse aux déchets, encore de nombreux articles d'hygiène tels que des couches pleines, cotons tiges, des lingettes, préservatifs, du papier WC, des rasoirs, brosse à cheveux... Toujours de l'équipement automobile comme des bidons de liquide, des morceaux de pare choc, de scooter... Mais aussi de nombreux vêtements, emballages en tout genre, canettes et bouteilles en verre etc... Et la palme de



l'objet le plus insolite retrouvé cette fois-ci est attribuée à un dentier !... La récolte s'est terminée par un goûter convivial où des mamans nous ont préparé des marrons chauds. Les participants sont repartis avec des documents d'informations de la métropole et d'ACM sur le recyclage des déchets, les jours de passage des encombrants car même si la plupart étaient sensibilisés au tri des déchets, ils avouent avoir toujours des doutes concernant le tri de certains détritrus.

18 personnes dont 8 enfants se sont retrouvées sur l'après-midi afin de ramasser les ordures qui jonchent les espaces verts de la Résidence ACM de la Pompignane. Le fait de l'avoir organisé un mercredi a permis de sensibiliser les jeunes citoyens au recyclage et à la protection de l'environnement et permettra, on l'espère, une prise de conscience de la part des adultes.



## Désherbage d'un jardin partagé le Samedi 24 novembre de 10h à 13h

Les participants ont été accueillis avec des croissants et cafés chauds au local du bâtiment 09 avant d'enfiler bottes et gants pour désherber et remettre en état une parcelle des jardins partagés de la Ville gérés par la CLCV de Montpellier au sein de la Résidence ACM. Cette action permettra de redimensionner les parcelles mises à disposition et d'accueillir de nouveaux jardiniers en attente d'un morceau de terre pour cultiver leurs propres fruits et légumes.

**RDV pour la prochaine animation « jardiner au naturel » le mercredi 27 février 2019 de 14h à 16h à l'Espace de Vie Sociale Pompi & Co' - CLCV - 49 rue Paul Mares- bâtiment 9 à Montpellier. 07.78.21.33.90.**

# Nos bénévoles ont la parole

La rencontre des bénévoles actifs et des nouvelles personnes rencontrées lors des foires aux associations s'est déroulée le 17 octobre 2018. Cette rencontre fut conviviale et a permis à chacun de rappeler son engagement et par quel biais il a connu la CLCV. Un des points forts de ces échanges a été la réflexion sur le rôle et la posture du bénévole au travers de questionnement :

- ⇒ qu'est-ce qu'on attend d'un bénévole ?
- ⇒ qu'est-ce qui caractérise son engagement ?

De cet échange, il en est ressorti le portrait idéal du bénévole. **«Un individu communicatif, compétent, disponible et honnête qui s'engage et agit avec la confiance de partager ses valeurs».**

Des propositions d'actions ont été présentées pour favoriser l'implication au sein de la CLCV : activités autour de l'environnement, de la santé et de l'alimentation ; activités éducatives à l'Espace de Vie Sociale de la Pompignane : permanences d'accueil des consommateurs sur les questions de consommation, logement, cadre de vie, copropriété ; outils de communication (Blog, twitter, médias) ; sans oublier le rôle essentiel des administrateurs qui s'investissent dans la gouvernance de l'association CLCV.



Goûter de Noël 2018 des bénévoles

**Être bénévole c'est également contribuer à cette continuité historique des valeurs défendues par les aînés de la CLCV, en donnant de son temps, son inventivité et de son énergie. Rejoignez nous !!**

**Simone**, bénévole depuis 44 ans, a choisi la CLCV car elle recherchait du sens à un engagement bénévole. Elle s'est investie en tant que bénévole puis administratrice et présidente de l'union locale de Montpellier avant de prendre des fonctions de salariée durant 20 ans à l'union départementale. A sa retraite, elle a pris aussi le poste de Présidente de l'Union Régionale Occitanie et est membre du CESER.

**Dominique**, bénévole depuis 9 ans, a connu la CLCV en s'inscrivant à France Bénévolat et a choisi de s'engager pour agir dans les domaines de ces compétences : informatique et copropriété, « pour aider les autres ». En 2018, il a créé une application de gestion des litiges et il co-anime la commission des permanences avec une salariée.

**Annie**, bénévole depuis mai 2018 témoigne : *« nouvelle sur la région, j'ai voulu donner un peu de mon temps libre à une bonne cause, la CLCV où j'ai été accueillie par des personnes disponibles et compétentes. Ayant près de 20 ans d'expérience en conseil syndical en copropriété, j'ai souhaité m'engager dans ce domaine. Aujourd'hui j'assure les permanences de copropriété avec Dominique. »*

**Bernard**, bénévole depuis 2013, s'est engagé à la CLCV pour se sentir utile. Il est membre des bureau et conseil d'administration de l'union locale et départementale CLCV et tuteur des volontaires en service civique. Il vient d'être réélu administrateur locataire chez le bailleur social, ACM. De plus, il est administrateur national en assurant la présidence de la commission nationale Habitat.