

maison, pas juste dans la cuisine, mais dans les salles de bain aussi» ainsi que par «l'apprentissage de recettes pour la fabrication des produits ménagers et autres produits domestiques à faire soi-même».

À propos de la famille assez écophile de Valérie*, ce défi leur sert essentiellement à confirmer l'étendue de leurs connaissances sur le sujet tout en validant le caractère écologique de leurs gestes et modes de vie actuels. Néanmoins, la coop Incita a tout de même réussi à leur fournir une aide précieuse pour faciliter le triage des plastiques numéro 6 ou PS — PolyStyrène Expandé.

Chez Ginette, cette transformation s'est surtout opérée au niveau cérébral: «J'étais maintenant beaucoup plus consciente de ce que je pouvais recycler, de ce que je pouvais mettre au compost [de] comment utiliser les ressources qu'on a, puis les utiliser au maximum.» Cette citoyenne rapporte également une évolution de son approche consumériste: «Quand je veux acheter quelque chose, je me dis maintenant: est-ce que je peux aller sur Marketplace? Est-ce que je peux l'échanger avec quelqu'un? C'est un réflexe que je n'avais pas avant.»

Pour Christiane, ses changements les plus simples sont de nature sociale: «Ça m'amène à découvrir des endroits en vrac ou d'autres endroits que je ne connais pas [...] ça permet le partage, l'échange de choses et de lieux qu'on connaît, et de façons de faire aussi parce que, quand tu restes tout seul dans ton petit coin, tu développes des choses, mais mettons que tu accélères ton processus de transition écologique.» Cette opinion est également partagée par Julia qui témoigne d'avoir fortement apprécié son magasinage en vrac chez La Station Vrac à Saint-

Jérôme ou chez Terre à soi à Prévost: «J'ai vraiment aimé mon expérience, c'est un plaisir d'aller faire mon épicerie».

... aux changements les plus difficiles

Du côté de la famille de Gabrielle, si on a pris le temps de prendre en note les recettes de fabrication pour les produits domestiques, le plus dur «est de se rappeler aussi de ne pas avoir le réflexe d'aller acheter, à la pharmacie ou à l'épicerie, les produits dont a besoin, de toujours réfléchir et se dire qu'on pourrait à la place les faire soi-même».

Pour Ginette, ce qui est «difficile, c'est l'achat des produits locaux qui sont toujours plus dispendieux que ceux vendus dans une bannière». En ce contexte inflationniste et récessionniste, le facteur économique demeure également pertinent chez Valérie* qui affirme que «le vrac est plus cher que ce qui est emballé». Cette dernière avance également que c'est l'accessibilité aux commerces facilitant le zéro déchet qui demeure fort problématique dans les Laurentides. Ces commerces qui favorisent le zéro déchet seraient, selon elle, en nombre insuffisant dans les régions éloignées des grands centres urbains.

Enfin, pour la majorité des foyers participants, ces derniers ont confié que la prochaine étape de leur mode de vie plus vert serait d'avoir systématiquement le réflexe d'apporter leurs contenants réutilisables au cours de leurs visites à l'épicerie ou au restaurant.

Un Noël vert et une nouvelle année encore plus verte

Si le temps des Fêtes est souvent considéré comme étant un temps de réjouissances, c'était aussi un défi de taille pour ces familles désireuses de réduire leur empreinte environnementale.

bien plus qu'un but ultime.» - Incita



Joëlle Carpentier ainsi que son conjoint Jean-Philippe Giroux, et leur fille née à domicile. Aussi, sur la photo se trouve Amélie Diotte, une étudiante sage-femme, et Caroline Savard, une sage-femme.

femmes en plus de Louise-Hélène Côté, la responsable de services à la Maison de naissance du Boisé-de-Blainville.

Le Journal a pu interviewer Louise-Hélène Côté, qui nous informait que plus de 80 % des accouchements ont eu lieu à la maison des naissances et que près de 15 % avaient eu lieu au domicile de la mère, alors que seulement 2 % à 3 % avaient eu lieu à l'hôpital. Madame Côté rappelle que la sage-femme accompagne la future mère tout au long de la grossesse et qu'elle permet à la mère d'accéder à ce mélange extraordinaire de force et d'abandon dont la

femme est capable lors de son accouchement.

«Nous avons accueilli notre petite dernière dans le confort de notre maison en ne doutant jamais de la sécurité de l'expérience que nous vivions. Un suivi avec une sage-femme est empreint de respect, de bienveillance et le lien que nous créons contribue sans aucun doute à favoriser l'arrivée tant attendue du bébé. Nous débordons de reconnaissance envers ces femmes passionnées, compétentes et fortes qui sont toujours disponibles», précise madame Joëlle Carpentier, la maman de la petite Anna.

Alors qu'elles s'en sortaient assez bien contre le gaspillage alimentaire et les mets emballés en préparant eux-mêmes leurs repas, c'est surtout lorsqu'il s'agit d'offrir des cadeaux aux jeunes enfants que les choses se compliquent. Comme l'exprime Julia, «pour les cadeaux, ça demande plus de créativité et de temps; finalement, on se rend compte que c'est facile d'acheter n'importe quel jeu versus d'offrir du temps en cadeau, une activité». D'un autre côté, pour Christiane, dont les enfants sont maintenant grands, «on priorise de se faire des bons repas plutôt que de se faire des cadeaux». Quant à Valérie*, sa famille utilisait déjà des emballages en tissus, mais cette expérience les a quand même motivés à influencer un peu leur entourage à faire de même.

Le mot de la fin

Le message est assez unanime: l'ensemble des familles contactées par le Journal encouragent vivement tout le monde à s'informer, à embarquer dans l'aventure du zéro déchet, voire à s'inscrire chez Incita si une autre cohorte est prochainement prévue dans la région.

Quant aux personnes plus âgées qui seraient plus réticentes à embrasser un mode de vie sans déchet,

Ginette leur répond: «Il faut doser, changer ses habitudes [...] Moi, j'ai 70 ans, et il y a beaucoup de gens de mon âge qui sont ancrés dans leurs habitudes. C'est difficile, c'est vrai que c'est pas facile de changer parce qu'on dit toujours qu'on n'a pas été élevé comme ça. Oui et non. Je veux dire que la société a évolué; alors, tu évolues avec la société, mais là, au moins, tu as des cours. Faut oser le faire, oser se tromper aussi. Moi, j'essayais des affaires, et ça ne fonctionnait pas et je me disais comment elles [les organisatrices d'Incita] ont fait pour le faire? Mais c'est pas grave. Il faut pas avoir peur des échecs, ça va arriver parce que c'est nouveau. Il ne faut pas avoir peur d'essayer ces changements-là.»

Enfin, pour Joey Leckman, le conseiller municipal à la Ville de Prévost et le président chez la coop Tricentris, l'approche d'Incita est une réussite, puisqu'elle s'inscrit «dans la philosophie du virage vert où chaque geste compte, où chaque famille peut avoir un impact à long terme sur son environnement et sur d'autres familles».

*Valérie est un pseudonyme pour la mère de cette famille qui désire garder l'anonymat.

MICROBRASSERIE
LAURENTIDES

SHAWBRIDGE

QC, CAN.

CHARCUTERIES

GRATUITS

POUR LES ENFANTS LE DIMANCHE !

VALIDE TOUS LES DIMANCHES, À PARTIR DE 17H, À L'ACHAT D'UN REPAS PRINCIPAL.

REPAS DU MENU POUR ENFANTS (10 ANS ET MOINS) SEULEMENT.

3023 boul. Curé-Labelle, Prévost, JOR 1T0 450-224-1776
microbrasserieshawbridge shawbridge.ca Microbrasserie Shawbridge

5\$ DE RABAIS 5\$ DE RABAIS 5\$ DE RABAIS 5\$ DE RABAIS 5\$ DE RABAIS 5\$ DE RABAIS

pattes & griffes

pattesgriffes.com
745, boul. des Laurentides
Piedmont
450.227.6077

Horaire d'ouverture:
lundi, mardi et mercredi, de 9h à 18h;
jeudi et vendredi, de 9h à 21h; samedi, de 9h à 17h et dimanche, de 10h à 17h.

5 DOLLARS DE RABAIS

AUCUNE VALEUR MONÉTAIRE

Avec tout achat de 20\$ et plus en magasin (toiletage et livraison exclus).
Offre valide jusqu'au 31 décembre 2023.
Limite de 1 coupon par jour.
Certaines conditions s'appliquent.

COUPON