



La Lettre verte des EHPAD



La décoration

- **Le sapin naturel et coupé** est le préféré des français (¾ des ventes). C'est aussi un bon choix écologique s'il est produit localement, s'il n'est pas décoré de neige artificielle et s'il est recyclé après la fête.
- On peut préférer **un sapin en pot** à replanter dans son jardin après la fête, mais l'opération ne réussit que si elle est faite dans les règles. **Le sapin artificiel** peut aussi se justifier... à condition de le conserver au moins dix ans !
- **La lumière** est au centre de la fête de Noël : mais a-t-elle besoin d'être pléthorique pour être belle ? Des guirlandes et autres décorations à leds, certes un plus chères à l'achat, consomment beaucoup moins d'énergie. Et un programmeur permet de les éteindre quand personne n'est là pour en profiter.
- Quant aux **bougies**, préférons celles en cire d'abeille ou végétale. La paraffine, ainsi que certains colorants et parfums qu'on y trouve souvent, dégagent des vapeurs toxiques en se consumant.
- **Fabriquer ses décorations soi-même**, en famille, entre amis ou dans le cadre des activités d'un EHPAD procure beaucoup de plaisir et souvent un très joli résultat !



Edito

Noël, fête du don et du partage, est à la porte. Comment allons-nous fêter cette année ?

Pourquoi ne pas préparer un Noël qui soit aussi un cadeau pour la terre et pour les générations à venir qui l'habiteront ? Un Noël en cohérence avec notre engagement pour un développement durable ?

Faire ce choix nous conduira à mettre un peu de sobriété dans notre fête : cela s'impose dans un pays où les illuminations de la fête consomment la puissance d'un gros réacteur nucléaire et où les jours d'après battent des records de collecte de déchets !

Cependant les idées créatives ne manquent pas pour qu'un Noël plus éco-responsable soit festif et convivial ! Peut-être même nous rapprochera-t-il un peu de la simplicité joyeuse du premier Noël ?

Bonnes fêtes à tous !

Paul HEGE



Pour un Noël joyeux et éco-responsable !

Les repas

- Nous trouvons dans nos régions presque tout ce qu'il faut en **produits locaux et de qualité** pour préparer un excellent repas de fête (entre autres auprès de notre Ruche qui dit Oui!) : profitons-en ! Pour les fruits exotiques, le café, le chocolat, choisissons des produits issus d'une filière de **commerce équitable**.
- Évitions la viande bovine dont l'impact sur l'environnement est très élevé et les espèces de poisson menacées par la surpêche. Et un repas de Noël végétarien ? Une petite recherche sur internet montre que c'est tout-à-fait possible... et appétissant !
- Veillons aussi, pour **limiter les déchets et le gaspillage**, à bien calculer les quantités, à acheter juste en limitant les emballages et à privilégier la « vraie » vaisselle ainsi que les nappes et serviettes en tissu.



Les cadeaux

Les cadeaux respectueux de l'environnement sont souvent originaux !

- **Les cadeaux dématérialisés** ne sortent pas d'une usine polluante et peut-être lointaine, consomment peu de ressources et ne prennent pas de place. Ce sont par exemple : des places de spectacle, un abonnement pour un musée ou une médiathèque, un stage de poterie, d'espagnol ou de conduite sur glace...
- Nous pouvons penser aussi à **des cadeaux qui encouragent un style de vie plus éco-responsable** : une carafe pour servir l'eau du robinet, une lampe à leds, un guide des petites réparations domestiques ou de l'équipement pour les réaliser, un bon d'achat pour un magasin de seconde main ou de commerce équitable...
- Souvent, **les cadeaux avec une touche personnelle** sont ceux qui font le plus plaisir : un objet que nous aurons confectionné nous-mêmes, un beau livre ou DVD que nous avons apprécié et qui depuis ne bouge plus de son étagère...
- Pour **les cadeaux achetés** et surtout **les jouets**, pensons à offrir des objets conçus pour durer, en matériaux sains et pas trop sur-emballés.
- Pour **l'emballage des cadeaux**, évitons les papiers métallisés, pailletés ou plastifiés qui se recyclent mal. On peut faire de très jolis paquets avec des chutes de papier peint, du papier ordinaire décoré par des enfants



simple,
concret et
éco-responsable