

Etes-vous un consomm'acteur ?

Annexe D

Ce test porte sur vos habitudes de consommation.

Pour connaître votre profil, il vous suffit de répondre aux questions ci-dessous en encerclant la réponse qui correspond le mieux à vos habitudes :

0 « Jamais ! », 1 « Rarement ! », 2 « A l'occasion ! », 3 « Habituellement ! »

Faites ensuite le total de vos points (somme des trois colonnes), puis consultez l'interprétation proposée ci-dessous.

		Jamais !	Rarement !	A l'occasion !	Habituellement !
Fiche 1	Lors de mes achats, outre le prix et la qualité d'un produit, je m'informe sur le pays d'origine, et sur les conditions de production.	0	1	2	3
Fiche 2	Pour privilégier les rapports de proximité et limiter mes trajets, j'essaie de faire mes achats dans les commerces de mon quartier.	0	1	2	3
Fiche 3	Lors de mes courses, je choisis des variétés de fruits et de légumes régionales ou issues d'espèces anciennes/rares.	0	1	2	3
Fiche 3	Dans mon alimentation, je privilégie les légumes et les fruits de saison.	0	1	2	3
Fiche 4	Je ne consomme pas de viande plus de trois fois par semaine, et je diversifie mon alimentation avec des céréales et des légumineuses.	0	1	2	3
Fiche 4	J'achète du poisson qui n'est pas concerné par la surpêche, tels le saumon d'élevage bio, le maquereau et le hareng, ou des poissons du lac (omble chevalier, féra).	0	1	2	3
Fiche 5	Je bois de l'eau du robinet au lieu de l'eau en bouteille et évite les boissons sucrées (sodas).	0	1	2	3
Fiche 6	Je choisis des produits peu ou pas emballés et je trie les emballages (verre, PET, aluminium, fer blanc, papier et carton).	0	1	2	3
Fiche 7	Je choisis de préférence des produits rechargeables, notamment pour les articles de soins du corps (savon liquide, gel douche) ou de nettoyage.	0	1	2	3
Fiche 8	J'achète des sous-vêtements en coton bio	0	1	2	3
Fiche 9	J'achète des ampoules à économie d'énergie pour l'éclairage de mon logement.	0	1	2	3
Fiche 10	Je choisis des appareils électroménagers (ex. réfrigérateur, lave-linge ou lave-vaisselle) peu gourmands en énergie (classe A de l'Etiquette énergie).	0	1	2	3
Fiche 11	Pour mes plantes, j'utilise des produits de traitement organiques et biologiques.	0	1	2	3
Fiche 12	Je choisis des peintures naturelles à base d'eau (peinture végétale) pour mes travaux de bricolage.	0	1	2	3
Fiche 13	J'évite d'acheter des articles de nettoyage jetables, telles les lingettes imprégnées.	0	1	2	3
Fiche 14	Lors de l'achat d'un meuble en bois, je vérifie qu'il soit labellisé FSC.	0	1	2	3
Fiche 15	En hiver mon logement n'est pas chauffé au-dessus de 20 °C, une température saine.	0	1	2	3
Fiche 16	Pour mes déplacements, j'utilise les services d'auto-partage (ex. Mobility Carsharing).	0	1	2	3
Fiche 19	Pour la rentrée scolaire ou les travaux de bureau, je choisis des cahiers ou des blocs en papier recyclé.	0	1	2	3
Fiche 20	J'évite d'offrir des jouets en plastique et nécessitant l'usage de piles.	0	1	2	3
Annexe A Labels	Lorsqu'une alternative existe, je choisis des produits porteurs de labels écologiques ou issus du commerce équitable.	0	1	2	3
Faire le total des point par colonne					
Total des colonnes					

Résultats

Entre 41 et 63 points

Bravo, vous avez pris conscience de l'importance de vos achats pour le développement durable! Continuez sur cette voie et faites-en profiter votre entourage.

Entre 21 et 40 points

Vous êtes sans aucun doute sur le chemin qui conduit à une consommation plus « durable ». Que diriez-vous de choisir trois gestes ou actions à réaliser au cours du mois prochain ?

Entre 0 et 20 points

Hum! La consommation « durable » est un monde qu'il vous reste à découvrir! Pourquoi ne pas décider d'un premier geste concret?