



Un pacte pour... la consommation responsable

par Roger Lafrance

L'automne dernier, des personnalités connues ont lancé le fameux Pacte pour la transition afin de sensibiliser la population et les gouvernements à l'urgence d'agir sur le plan environnemental. L'objectif était de recueillir l'appui d'un million de personnes qui s'engageaient à poser un geste concret pour l'environnement.

Cette démarche a beaucoup fait parler d'elle. D'abord, parce que 2018 n'a pas manqué de bouleversements climatiques : feux de forêt intenses, sécheresse, inondations historiques à d'autres endroits, etc. Ensuite, parce que l'initiative venait d'artistes qui ne sont pas toujours des exemples de sobriété. Par contre, on doit préciser que le Pacte a été endossé par de nombreux scientifiques.

L'un des aspects les plus intéressants de ce pacte est le fait qu'il incite les gens à poser des gestes concrets pour réduire leurs émissions de gaz à effet de serre. Si chaque Québécois posait un seul geste pour soulager notre empreinte écologique, aussi petit soit-il, notre monde se porterait beaucoup mieux.

Le Pacte propose entre autres de réduire notre consommation de pétrole, d'améliorer la performance écoénergétique de nos demeures, de réduire notre consommation et de mieux recycler.

Il propose aussi d'autres avenues plus critiquables, comme de réduire l'utilisation de l'avion et de manger moins de viande rouge. Parions qu'il n'y a pas beaucoup de gens qui renonceront à leur projet d'aller dans le sud cet hiver pour des raisons écologiques.

Prêts à poser des gestes concrets?

Nous sommes tous en faveur de l'environnement. Par contre, c'est une autre paire de manches lorsque vient le temps de poser des gestes concrets. Est-on prêt à payer plus cher pour protéger notre environnement? En vérité, beaucoup ne le sont pas.

Le Pacte pour la transition rejoint beaucoup les valeurs de l'ACEF Montérégie-est. La consommation

responsable est d'ailleurs inscrite dans notre devise « Équité, justice et consommateurs responsables ». Par nos positions et nos formations, nous avons toujours défendu l'idée d'être des consommateurs responsables, c'est-à-dire conscients des gestes qu'ils posent. En cela, nos valeurs sont proches de la simplicité volontaire.

Dans ce numéro, nous vous proposons différents gestes pour sauvegarder notre environnement... et notre portefeuille. Car pour nous, les deux peuvent aller de pair. Nous vous parlons aussi de déconsommation. Plus courant en Europe, ce concept est peu connu de ce côté-ci de l'Amérique. Le terme même peut rebuter, avouons-le.

Par contre, à terme, c'est vraiment de cela qu'il s'agit : nous ne pouvons continuer de consommer comme nous le faisons actuellement. Le développement de nos villes est basé sur l'essence à bas prix, la maison unifamiliale en banlieue, les deux voitures, le voyage dans le sud chaque hiver et des produits qui proviennent de partout sur la planète.

Est-on prêt à accepter une baisse de notre niveau de vie? La plupart des Québécois répondront non, même s'ils désirent mieux protéger leur environnement. Tout notre paradoxe est là.

Par contre, plusieurs seront prêts à le faire si ces gestes permettent d'augmenter leur qualité de vie et leur situation financière. En associant ces autres objectifs à la protection de notre environnement, on a peut-être des chances de changer vraiment les choses.

Pour consulter le Pacte pour la transition : www.lepacte.ca



ÉDITO



**ACHETER,
C'EST VOTER!**

Et vous, achetez-vous consciemment?

Qu'est-ce que l'endettement et la surconsommation ont en commun ? Se poser la question, c'est y répondre. Prêt hypothécaire, financement automobile, cartes de crédit, prêts personnels, crédit alternatif : vivre la vie que l'on veut, c'est facile. Encore faut-il y avoir accès.

L'endettement des Canadiens

Saviez-vous que sept Canadiens sur dix ont un très bon ou même un excellent dossier de crédit selon l'agence d'évaluation de crédit Equifax, et qui dit bon dossier de crédit dit possibilité d'emprunter. La preuve en est que Statistique Canada dévoilait au début décembre 2018 une révision du taux d'endettement des familles canadiennes qui s'établit à près de 177% pour les propriétaires qui détiennent une hypothèque et de 173% pour les ménages sans hypothèque. Cela veut dire que pour chaque dollar de revenu disponible, les Canadiens ont une dette moyenne qui frôle les 1,75\$. Sans compter que la dette moyenne à la consommation des Québécois est passée de 10,443\$ à 18,000\$,

un bond de 73% selon un reportage diffusé récemment à l'émission « Demain, c'est maintenant » avec Isabelle Craig à Radio-Canada.

Financement et surconsommation

Les financements avec paiements mensuels facilitent l'achat de biens. Ces biens répondent aux besoins des gens, que ces derniers les considèrent essentiels ou qu'ils représentent une gâterie ou un luxe. Mais avec un tel taux d'endettement moyen, il est légitime de se demander si les gens vivent dans le respect des choses, de l'environnement et des conditions de travail des gens qui fabriquent ces objets. Pensez à l'industrie du vêtement : on achèterait 4 fois plus de vêtements qu'il y a 20 ans! C'est plus de 100 milliards de vêtements qui sont produits chaque année. Pourquoi? Parce qu'on les achète!

Les impacts de tout achat

N'oubliez pas qu'acheter, c'est voter. En achetant un bien, vous dites oui à la production du même bien. La production de ce bien a eu un impact sur l'environnement et il en aura un autre lorsque vous n'en aurez

plus besoin. Il doit être récupéré ou recyclé, au risque de se retrouver dans les sites d'enfouissement. Et si vous achetez ce bien, vous encouragez l'entreprise qui a produit celui-ci. S'agit-il d'une entreprise locale, québécoise ou canadienne plutôt que d'une entreprise étrangère ? Est-ce que cette entreprise est respectueuse de l'environnement ? Offre-t-elle de bonnes conditions de travail à ses employés ? L'idée, c'est d'y réfléchir.

Le fonds de roulement, c'est quoi?

La « déconsommation » comme on le propose dans ce bulletin peut être vue sous plusieurs angles. Nous pourrions choisir d'améliorer notre situation financière en réduisant nos dépenses le temps de se constituer un fonds de roulement dans notre compte courant de 500\$, 1 000\$ ou même plus. D'ailleurs, on recommande que ce fonds de roulement puisse nous permettre de payer 1 à 3 mois de dépenses mensuelles, fixes ou variables, prévues au budget. L'idée avec le fonds de roulement, c'est de s'éloigner d'un compte bancaire à zéro pour réduire le stress, l'insomnie, les risques de frais à découvert et les incapacités de paiement. Prenez le contrôle! En augmentant votre fonds de roulement dans votre compte bancaire ou de caisse, vous achetez moins, vous dépensez moins, vous réduisez votre empreinte écologique, vous épargnez et vous améliorez votre situation financière du même coup! Non, ce n'est pas facile. Mais ça vaut bien le coup de faire l'effort.

Payez vos dettes et vivez avec votre carte de débit

Vous pourriez choisir de ne plus acheter avec vos cartes de crédit et vivre avec votre carte de débit, quitte à perdre les quelques points de voyage ou les quelques dollars de récompenses que votre carte de crédit vous offre. Ce n'est pas payant si vous traînez un solde depuis plusieurs mois, des années dans certains cas. Vous pourriez vous créer un plan de remboursement du solde de vos cartes de crédit. Divisez votre solde par 12, 24 ou 36. Remboursez ce montant chaque mois plus le montant d'intérêt inscrit sur votre relevé de compte. Vous atteindrez votre objectif entre 12 à 36 mois avec de la discipline, vous éviterez tout nouvel endettement, vous paierez moins de frais d'intérêt et vous réduirez l'impact global des achats que vous auriez fait à crédit.

Les dépenses irrégulières

Vous n'avez d'ailleurs peut-être pas les moyens d'acheter à crédit si vous n'avez pas mis de l'argent de côté dans un compte épargne pour les dépenses irrégulières. Vous savez bien : les anniversaires, les



vêtements, la rentrée scolaire, les réparations d'auto, les pneus d'hiver et les cadeaux de Noël. Établissez un montant annuel pour chacune de ces dépenses et tout ce que vous pouvez imaginer d'autre ! Faites la somme de ces montants et divisez par 12 ! Virez ce montant de votre compte courant à un compte épargne à chaque mois ! Assurez-vous que cette démarche fasse partie d'un budget complet afin de respecter toutes vos obligations financières !

Le fonds d'urgence, un compte « au cas où »

On lit et on entend souvent qu'outre le fonds d'urgence, ce compte épargne qui sert à combler les besoins financiers en cas d'imprévus comme la perte d'un emploi, une maladie, la toiture qui coule, un bris mécanique sur l'automobile ou le réfrigérateur qui lâche, on devrait avoir un autre compte épargne pour accumuler entre 3 à 6 mois de dépenses. C'est beaucoup pour un réfrigérateur qui coule, mais c'est suffisant, souhaitons-le, dans le cas d'une perte d'emploi. Devrions-nous uniquement nous fier sur des prestations d'assurance-emploi ?

« Déconsommer », consciemment

Même après la lecture de cet article, vous continuerez à être ciblés par le marketing : « circulaires, rabais, soldes, financement et crédit » seront des mots qui feront toujours partie de notre quotidien, mais vous pourrez faire des choix conscients. Faites en sorte de mettre en priorité l'amélioration de notre situation financière plutôt que de faire l'acquisition de biens qui ne respectent pas toujours notre capacité financière, qui ont de nombreux impacts sur notre environnement et notre société. Vivre sa vie comme on l'entend, d'accord. Faisons-le toutefois en toute connaissance de cause dans le respect de notre situation financière, de la société dans laquelle nous vivons et de l'environnement.



ACHETER MOINS... acheter mieux!

Cette simple phrase pourrait être la base d'une réflexion sur nos habitudes de consommation. Ai-je besoin d'acheter un téléphone si le mien fonctionne encore? Est-ce que je pourrais me procurer mes vêtements autrement qu'en les faisant venir du Bangladesh, où les conditions des travailleurs sont décriées? Qu'est-ce que je vais faire de mon imprimante le jour où remplacer les cartouches d'encre me coûtera plus cher que d'en acheter une nouvelle?

Le prêt à jeter est commun dans bien des domaines de consommation. Les offres sont là et le consommateur doit faire des efforts pour aller à contre-courant. Pourtant, les alternatives existent!

Réduire ma consommation, ce n'est pas uniquement me priver! C'est aussi faire davantage avec chaque dollar que j'ai gagné.

VALEUR ESTIMÉE

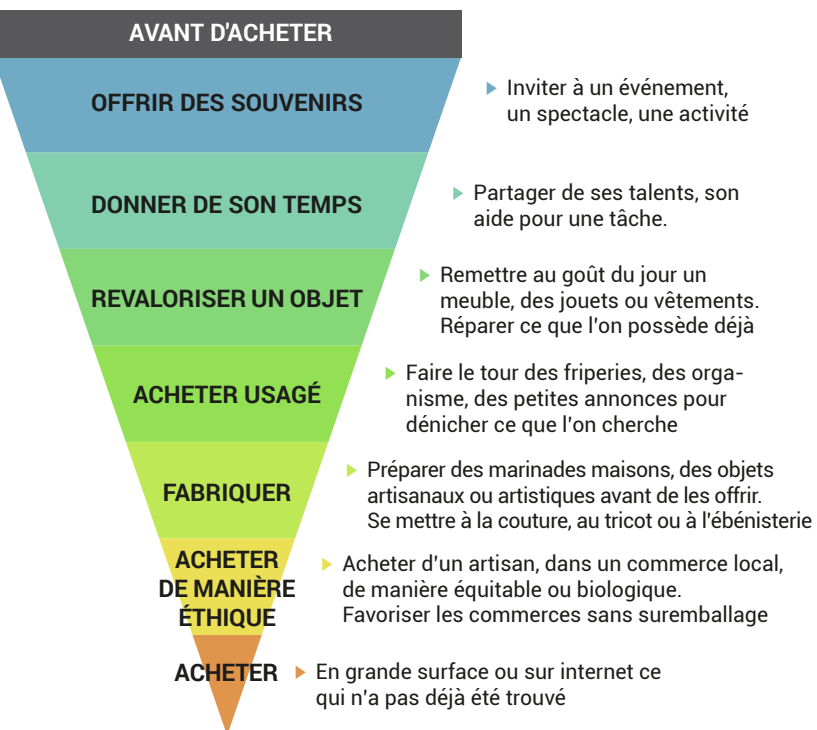
Avant d'acheter un bien, je peux commencer par me demander quelle valeur j'y accorde... Non pas en regardant les circulaires ou en discutant avec des amis, mais en me demandant le nombre d'heures que je suis prêt à investir pour me le procurer. Au salaire minimum, un vêtement à 75\$, représente près d'une journée de travail. Suis-je prêt à travailler une journée complète pour un pantalon?

Avant de regarder les économies possibles, je me demande combien de temps suis-je prêt à mettre pour mon achat.

BESOIN RÉEL

À quoi répond mon envie d'achat? Je n'achète pas tant que je ne trouve pas de réponse réfléchie à cette question. En me questionnant, il est possible que je trouve d'autres alternatives que

Avant de magasiner, je complète la phrase suivante : Mon achat me permettra de (...)



d'acheter une voiture neuve pour me déplacer... comme le covoiturage, les transports en commun ou la voiture usagée mais bien entretenue d'un membre de ma famille.

RÉPARATION

Est-ce que je prévois remplacer quelque chose que j'ai déjà? Un vêtement de qualité ou un électroménager mérite une chance d'être réparé avant d'être remplacé. Si je n'ai pas le talent pour réparer moi-même, je peux proposer un échange de service avec un proche ou consulter un réparateur professionnel. Avec le phénomène d'obsolescence, il est possible que le coût financier de la réparation se rapproche du coût d'achat... par contre, le coût environnemental d'un remplacement sera toujours plus considérable que celui d'une réparation.

Avant de jeter quelque chose, je réfléchis aux coûts (financier et environnemental) du remplacement que je veux faire.

REVALORISATION

En consultant différentes inspirations (livres, blogs, réseaux sociaux) je peux trouver une tonne d'idées de projets pour redonner une valeur à quelque chose qui existe déjà. Un peu de bois et de peinture, puis une commode devient un meuble télé unique! J'aurai alors fait un choix de consommation différent tout en développant un talent insoupçonné.



Plutôt que d'acheter, je fais travailler ma créativité pour redonner vie à un objet.

FABRIQUER SOI-MÊME

Acheter différemment c'est également mettre à profit mon temps et développer mes talents! Si j'aimerais me procurer des vêtements stylisés qui sortent de l'ordinaire, je peux prendre un cours de couture plutôt que d'investir chez les designers. Fabriquer soi-même c'est aussi recevoir les amis avec un pot luck plutôt que de se rejoindre au restaurant. Tout le

monde économise et partage leur talent... pour ceux qui en ont moins, il restera toujours les sacs de chips ou le plateau de crudités à apporter.



Avant d'acheter, je crée de toute pièce ce dont j'ai besoin.

EMPRUNTER

Si je prévois n'utiliser que rarement un outil ou un ustensile de cuisine particulier, je peux l'emprunter à un ami ou le louer dans un commerce plutôt que de l'acheter. J'évite ainsi qu'un superbe mélangeur sur socle encombre mon comptoir ou qu'une panoplie de scies différentes prennent la poussière dans mon cabanon. Rien ne m'empêche d'échanger certains biens non plus... à court ou long terme! Pour éviter des conflits futurs, je prends le temps d'inscrire le nom du propriétaire de ce qui rentre chez moi... et je note moi-même où sont rendues mes choses.

Avant d'acheter, je vérifie si j'ai accès à ce dont j'ai besoin autrement.

ACHETER USAGÉ

En prenant le temps de fouiner dans les bazars ou les friperies de ma municipalité, je peux faire d'heureuses découvertes dans plusieurs secteurs de dépenses. Je peux aussi m'abonner aux groupes de ventes sur les réseaux sociaux ou surveiller les petites annonces lorsque je cherche un article en particulier. Des vêtements, des accessoires de décoration, des meubles, des articles de plein air, des jeux, des produits



Plutôt que d'acheter du neuf, je vérifie la disponibilité des articles recherchés en usagé.

électroniques... presque tout se retrouve en vente en ligne. Je peux aussi en profiter pour acheter un produit de meilleure qualité pour le coût d'un équivalent d'entrée de gamme en magasin.

ACHETER DE LA QUALITÉ

Avant d'acheter, j'évalue la durée de vie utile de mon achat.

Sur le coup, un article de qualité peut être plus cher à l'achat, mais si je n'ai pas besoin de le remplacer chaque année, j'économise. Je peux prévoir dès aujourd'hui mes achats futurs pour être en mesure d'acheter des produits de meilleure qualité

lorsque ce que je possède actuellement ne sera plus utilisable. Mon frigo me durera 10 ans? Je commence tout de suite à économiser un petit montant tous les mois pour prévoir son remplacement.

ACHETER ÉTHIQUEMENT

Plusieurs questions peuvent me venir en tête avant d'acheter un produit : A-t-il fait le tour de la planète avant de se rendre à moi? Est-ce que la personne qui l'a fait reçoit un traitement que j'aimerais recevoir? Est-elle payée convenablement pour le travail qu'elle fait? Mon argent encouragera une industrie, je préfère en choisir une qui correspond à mes valeurs.

Avant d'acheter, je m'intéresse à ceux qui ont produit ce que j'achète et à leur condition de vie.

Mon défi pour l'année

UTILISER CHACUNE DE CES ALTERNATIVES UNE FOIS!

- Estimer en heures la valeur d'un bien
- Me demander si j'en ai vraiment besoin
- Réparer quelque chose que je possède
- Revaloriser un objet
- Fabriquer moi-même quelque chose que j'ai voulu acheter
- Emprunter à un proche ou un commerçant
- Acheter usagé plutôt que neuf
- Opter pour la qualité pour obtenir une meilleure durée de vie
- Planifier un achat en considérant la qualité de vie des travailleurs impliqués

Idées pour mieux consommer

Revoir notre rapport à l'auto

Dans nos milieux ruraux, l'usage de la voiture est primordial. On ne peut compter sur un réseau de transport en commun aussi structuré que dans les grandes villes. Par contre, les ménages qui ont une deuxième voiture en ont-ils vraiment besoin? On peut aussi garder son véhicule un peu plus longtemps avant de le remplacer. Ou encore choisir d'acheter usagé plutôt que de changer de voiture aux 4 ou 5 ans, comme le préconise l'industrie.

Cesser de payer... pour travailler

Bien des ménages consacrent beaucoup d'argent pour aller travailler. En choisissant d'habiter près de son lieu de travail, on utilise moins sa voiture. Certains ménages pourraient aussi éviter d'avoir une deuxième auto. Plusieurs consacrent une ou deux heures chaque jour pour se rendre au travail. En se rapprochant de son travail, on réduit ses dépenses et on améliore du même coup sa qualité de vie.

Privilégier l'usagé

Il n'est pas nécessaire de toujours acheter des biens neufs. On peut aussi privilégier l'usagé. Il n'y a pas que les comptoirs vestimentaires et les magasins communautaires qui regorgent d'aubaines. Il y a aussi les marchés aux puces et les petites annonces sur kijiji et lespac.com. C'est bon pour l'environnement et notre portefeuille.

ET DU COTÉ HABITATION, comment pouvons-nous participer ?

En matière de logement, il existe quelques façons de pouvoir s'impliquer pour une plus consommation plus responsable et ainsi contribuer à améliorer notre environnement.

Par le biais de **Transition Énergétique Québec**, il existe des programmes éco énergétiques, afin de venir en aide, tant aux gens à faible revenus qu'à tout autre à travers le Québec, soit ;

**Chauffez Vert / Rénoclimat
Novoclimat / Éconologis**

Afin de récolter plus d'**informations** et de vérifier les **critères d'admissibilité**, vous pouvez visiter le site :

www.transitionenergetique.gouv.qc.ca/accueil/#.XDOCoPZFzIV

En tant que locataire les éco-gestes à mettre en pratique

Afin de maîtriser nos charges locatives, il existe de bonnes pratiques à privilégier qui sont reliés à **l'eau, l'électricité, l'air et le chauffage**. Voici quelques exemples d'éco-gestes à retenir :

Il est important d'économiser l'eau de toutes les façons possibles, soit en priorisant les douches aux bains, en ne laissant pas couler l'eau inutilement et en vérifiant les fuites de toutes sortes. En matière d'électricité, utiliser des ampoules à basse consommation et éteindre la lumière en quittant une pièce, débrancher les chargeurs, régler adéquatement les réfrigérateurs et congélateurs, laver à l'eau froide et utiliser des appareils à faible énergie. Pour ce qui est de l'air, il est important d'aérer 5 à 10 minutes par jour, de bien nettoyer les grilles de ventilation et d'utiliser des produits environnementaux. Et finalement, adapter la température à l'usage et à l'occupation des pièces et la réduire lors d'absences prolongées.

Par Isabelle Chicoine

« Être plus écolo » quand on a des enfants, c'est possible?

Faire des choix en harmonie avec l'environnement peut sembler simple, quand on habite seul ou uniquement entre adultes. Mais quand cela implique une famille plus nombreuse, avec de jeunes enfants et/ou des ados, ça peut demander plus de patience et d'organisation. Il faut alors user de différentes stratégies pour y arriver.

Pour les petits comme pour les grands

Vos enfants n'auront pas tous la même compréhension des raisons de ces nouvelles habitudes à intégrer, dépendamment de l'âge qu'ils ont. S'ils ont moins de 5 ans, il n'est peut-être même pas nécessaire de donner des explications logiques. À cet âge, ils veulent surtout nous imiter, nous faire plaisir. Pour ceux qui vont à l'école, leur ouverture au monde qui les entoure est plus présente. Ils peuvent donc mieux comprendre l'importance de changer leurs habitudes de consommation. De plus, en discutant avec eux, vous verrez que vos enfants en savent probablement plus que vous ne le pensez sur l'environnement. L'école est souvent l'endroit où ils commencent à être conscientisés sur les impacts de ne rien changer et les solutions pour faire notre part.



Montrer l'exemple, sans tomber dans l'acharnement

Par contre, il faut faire attention comme parent ou adulte significatif, de ne pas devenir un « gourou ». Ces changements ne doivent pas être punis s'ils ne sont pas respectés, surtout au début. Il faut laisser du temps à tous pour s'adapter. Pour les petits, on peut même trouver une forme de renforcement positif, en récompensant le fait d'y avoir pensé tout seul, par exemple. Le tout doit également se faire dans le plaisir, non dans la moralité. La meilleure façon pour que cela fonctionne, c'est de démontrer l'exemple, d'être soi-même un modèle positif pour ses enfants, comme quoi ce n'est pas si compliqué d'être un citoyen plus responsable. Finalement, il faut surtout éviter d'être en contradiction entre ce que l'on demande aux enfants de faire et ce que l'on fait soi-même. Même si on croit qu'ils ne nous voient ou ne nous entendent pas, on ne devrait pas tricher, sous prétexte que l'on est pressé ou fatigué. Les bottines doivent suivre les babines, comme on dit!

Quoi répondre à un propriétaire à la suite d'un avis d'augmentation de loyer ?

Vous êtes locataire et vous vous questionnez sur le montant que vous pouvez accepter comme augmentation de loyer à partir de juillet 2019. Votre propriétaire a jusqu'au 31 mars pour vous envoyer cet avis. Quant à vous, il vous faudra répondre à l'avis d'augmentation dans le mois qui suit. N'attendez pas trop longtemps puisque si le propriétaire n'a pas eu votre réponse à temps cela sera considéré comme quoi vous acceptez. Si vous n'avez reçu aucun avis c'est que le bail est reconduit aux mêmes conditions.

La Régie du logement vient de publier les estimations des pourcentages d'augmentation sur lesquels vous pouvez vous fier pour calculer si le montant d'augmentation demandé est raisonnable. Vous pouvez consulter les tableaux avec l'exemple d'un logement sous l'onglet « Calcul du loyer 2019 » sur le site de la Régie au www.rdl.gouv.qc.ca

En résumé le pourcentage suggéré de taux d'ajustement à calculer cette année est de 0,5% pour un logement non chauffé, de 0,4% pour un logement chauffé à l'électricité et au gaz et de 2,6% au mazout. Les locataires doivent tenir compte de la variation des taxes foncières et scolaires ainsi que du montant des travaux majeurs effectués dans le logement et l'immeuble. Si vous répondez que vous êtes prêt à accepter 1% du montant de votre loyer cela sera quand même acceptable puisque c'est le double de ce qui est suggéré par la Régie du logement.

Vous pouvez demander au propriétaire de compléter le calcul 2019 sur le site de la Régie du logement également et de vous en remettre une copie, vous aurez ainsi une meilleure idée de la justification du montant demandé.

Si vous avez des questions adressez-vous à nos bureaux au 450-375-1443 poste 322.

Des ateliers à votre portée

Vous faites partie d'une association ou d'un regroupement, vous pouvez bénéficier des nombreux ateliers d'éducation financière dispensés par l'ACEF.

Voici quelques thèmes qui peuvent y être abordés :

- Je prends mon budget en mains
- Crédit et solutions aux dettes
- Assiette fut  e
- D  jouer les pièges du marketing et autres

Communiquez avec nous au **450 375-1443** pour planifier cette activité!



DES RÉPONSES    VOS QUESTIONS
MES FINANCES,
MES CHOIX^{MD}
PROGRAMME D'ÉDUCATION FINANCIÈRE



L'ACEF Montérégie-est a pour mission d'éduquer, informer, sensibiliser et guider les consommateurs en matière de budget, d'endettement, de consommation responsable et de logement.

L'ACEF dessert les MRC suivantes: Acton, Brome-Missisquoi, Haute-Yamaska, Les Maskoutains et Rouville, Sorel-Tracy.

L'équipe de travail

| | |
|--------------------|--|
| Nicole Laverri  re | directrice générale |
| Roger Lafrance | conseiller budgétaire |
| Dominic Gosselin | conseiller budgétaire |
| Isabelle Chicoine | conseillère budgétaire |
| Tanya Brodeur | conseillère budgétaire |
| Hélène Plourde | conseillère en logement |
| Dominic Cyr | formateur Mes finances, mes choix |
| Sylvie Brouillard | responsable des projets Accès-Cible et Prêts d'accessoires sécuritaires |

L'ACEF est financé par :

Le Secrétariat à l'action communautaire autonome et aux initiatives sociales

