

« Coaching de 12 ménages pour la réduction de leurs déchets d’emballages »

Evaluation 10 mois après la fin de la période de coaching



- Rapport du 11/08/2016 -

TABLE DES MATIERES

1. Introduction	2
2. Persistance, 10 mois plus tard, des gestes mis en place pendant la période de coaching	3
3. Evaluation des méthodes et outils mis en place dans le cadre du coaching	10
3.1. Peser ses déchets : utile ou pas ?	11
3.2. Ressenti des participants par rapport au projet.....	11
3.3. Quel modèle d'accompagnement pour aider les ménages à réduire leurs déchets ?	12
3.4. Quels « objets » seraient les plus utiles pour soutenir la réduction des déchets d'emballages ?.....	15
3.5. Quels Goodies auraient le plus un effet déclencheur pour passer à l'action ?	18
3.6. Dissémination et extension de la démarche suite au coaching.....	20
4. Conclusions et recommandations.....	24

1. INTRODUCTION

Le projet « **Coaching de 12 ménages pour la réduction de leurs déchets d'emballages** » mené par Espace Environnement asbl pour le compte de Bruxelles Environnement reposait sur **trois phases** de travail :

1. **Phase de recrutement et de préparation** des outils : 1 mois de mi-janvier à mi-février 2015
2. **Phase de coaching et d'accompagnement des ménages** qui s'est déroulée sur une période de quatre mois : le premier mois ne comportant pas de coaching actif mais étant la période de référence pour les pesées, les trois mois suivants s'articulant autour de rencontres collectives tous les 15 jours et d'un coaching à distance en continu :
 - Réunion de lancement le 28/02/2015
 - Rencontres collectives :
 - 26/03/15 : Visite d'une grande surface
 - 11/04/15 : Rencontre GASAP et présentation des différentes formules de circuits courts
 - 25/04/15 : Visite jardins collectifs
 - 07/05/15 : Atelier de cuisine
 - 21/05/15 : Atelier de fabrication de produits d'entretien
 - 04/06/15 : Echanges de bonnes pratiques
 - Réunion de clôture : le 30/06/2015
3. **Evaluation de la persistance des gestes** 10 mois après la fin de la période d'accompagnement

Le présent rapport porte sur cette ultime phase du projet et vise à **évaluer l'impact du coaching proposé aux ménages à plus long terme** et de mesurer la **persistance des nouveaux gestes adoptés pendant la période d'accompagnement** pour réduire leurs déchets d'emballages.

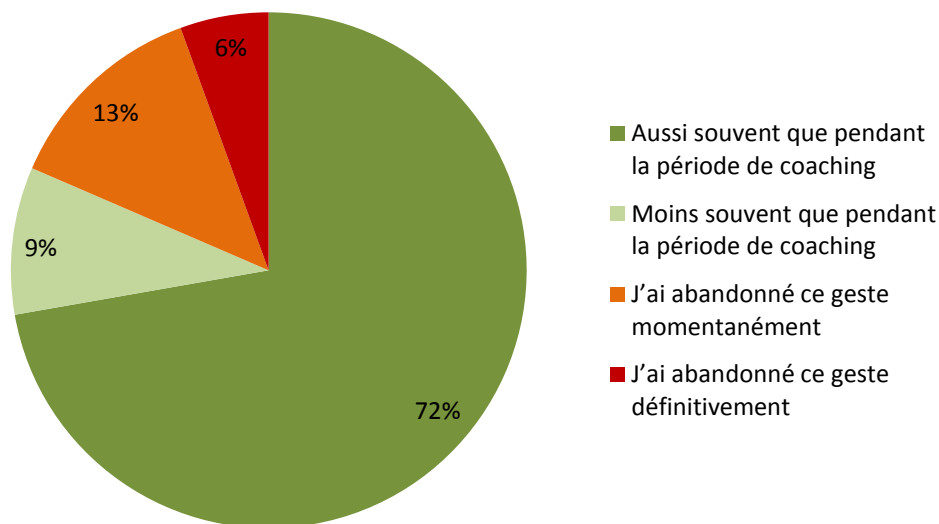
L'évaluation portera également sur la **méthode d'accompagnement** mise en œuvre pour le coaching qui avait pour objectif la mise en capacité des ménages par un mode d'apprentissage collectif. La fin du coaching engendre-t-il un relâchement, voire un abandon des gestes adoptés en cours de projet, ou a-t-il ouvert de nouvelles opportunités pour les ménages accompagnés durant 3 mois ?

Afin d'obtenir des réponses à toutes ces questions, nous avons procédé à **l'administration en ligne d'un questionnaire d'évaluation** préalablement validé par Bruxelles Environnement. Les 11 ménages qui ont participé jusqu'au bout au Défi Moins d'Emballages ont tous rempli le questionnaire en ligne. Un seul répondant n'a pas répondu à l'entièreté du questionnaire qui était relativement long.

2. PERSISTANCE, 10 MOIS PLUS TARD, DES GESTES MIS EN PLACE PENDANT LA PÉRIODE DE COACHING

La première question du questionnaire portait sur les différents gestes testés pendant la période de coaching et leur persistance 10 mois après la fin de la période d'accompagnement. Pour rappel, chaque ménage devait tester un nouveau geste tous les 15 jours (pendant 3 mois), soit un maximum de 6 gestes librement choisis par ménage. La plupart des ménages en ayant testé cinq, le questionnaire d'évaluation ne portait que sur 5 gestes qu'ils devaient identifier de manière précise et en évaluer la persistance 10 mois plus tard. Au total, **54 nouveaux gestes** ont ainsi été évalués par les **11 répondants**.

Aujourd'hui, 10 mois après la fin de l'accompagnement, vous faites encore ce geste...



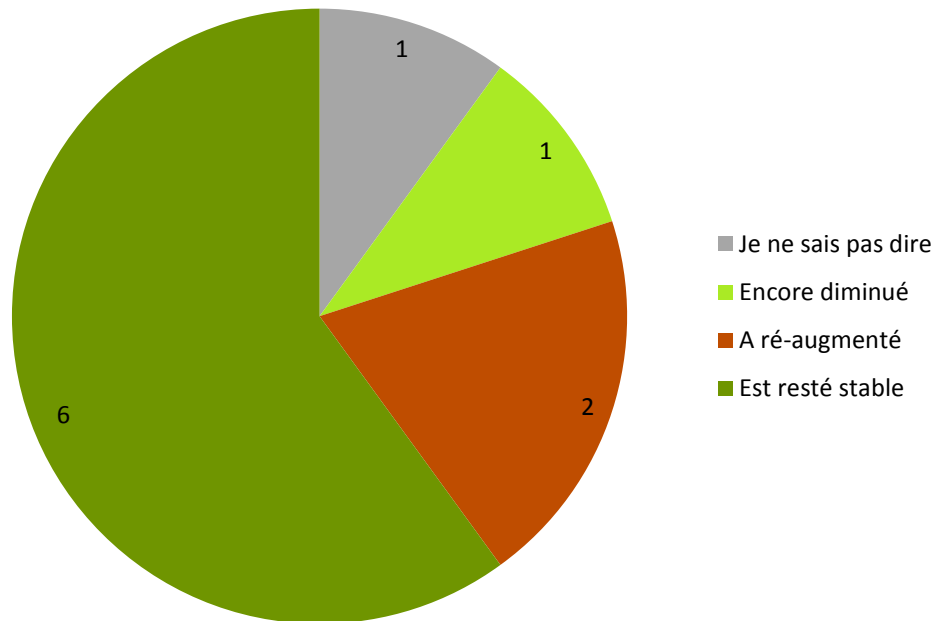
Persistance des nouveaux gestes mis en place par les ménages

10 mois après la fin de la période de coaching, sur les 54 nouveaux gestes testés et évalués par les 11 ménages ayant participé au Défi Moins d'Emballages, **81% des gestes sont encore pratiqués** : 72% sont encore pratiqués aussi souvent que pendant la période de coaching et 9% sont encore pratiqués mais de façon moins régulière.

On ne compte qu'un taux d'abandon de moins de 19%, avec seulement 6% d'abandons définitifs.

Or, il faut se souvenir que bon nombre des gestes choisis n'étaient pas des plus simples à mettre en place (voir à ce sujet le rapport précédent portant sur l'analyse des gestes choisis par les ménages).

Par rapport à la fin de l'accompagnement, aujourd'hui, avez-vous l'impression que le volume de vos déchets a...



Persistance des résultats en termes de quantités de déchets
Evolution du volume des déchets depuis la fin de l'accompagnement

Autre indicateur de pérennité des gestes posés est le résultat sur les quantités de déchets d'emballages produits.

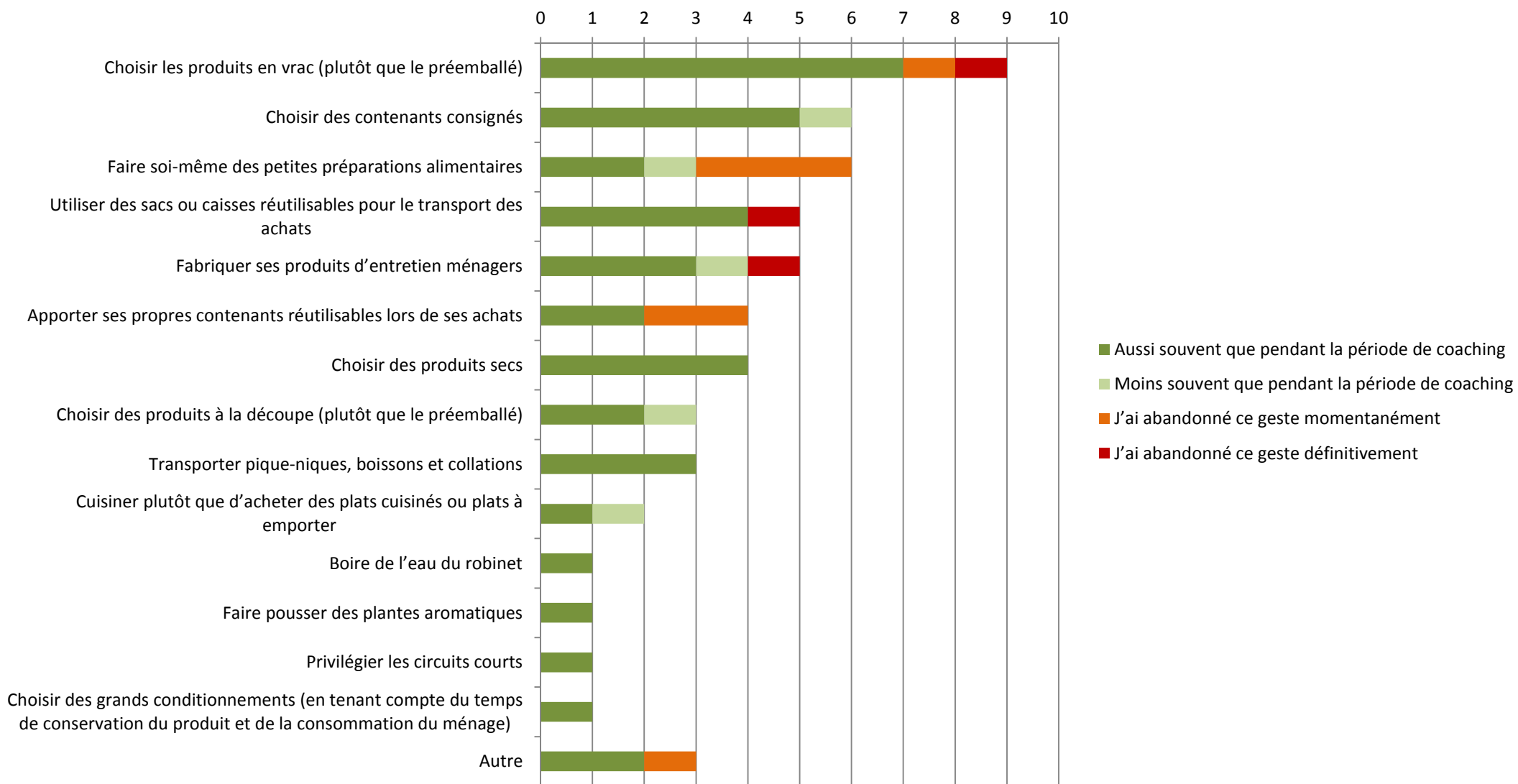
A défaut de pesées précises, comme c'était le cas pendant la période d'accompagnement, les ménages ont été interrogés sur leur impression (forcément subjective mais demandée à des personnes qui ont été amenées à être attentives à ce qu'elles jetaient pendant 4 mois) par rapport à l'évolution des quantités de déchets après la fin de l'accompagnement.

6 sur 10 estiment que le volume de leurs déchets est resté stable, 1 estime même qu'il s'est encore réduit.

Pour 2 ménages sur les 10 répondants, ce volume aurait ré-augmenté. Après un période d'efforts, ce fléchissement n'est pas franchement étonnant. Il correspond en outre au taux d'abandons de gestes observé ci-dessus.

Persistance des nouveaux gestes par catégorie de geste

Aujourd'hui, 10 mois après la fin de l'accompagnement, vous faites encore ce geste...



Le fait de distinguer la persistance des gestes par catégorie rend l'interprétation des résultats plus faible vu que certaines catégories de gestes ne sont plus représentées que par un très petit nombre de gestes. Il nous semblait néanmoins intéressant de voir si le phénomène d'abandon/persistance des gestes était plus marqué pour certaines catégories de gestes et d'en analyser les motifs dans les réponses ouvertes.

Les catégories de gestes pour lesquels on note proportionnellement le plus d'abandons sont :

- Faire soi-même des petites préparations alimentaires (3 abandons sur 6)
- Apporter ses propres contenants réutilisables lors des achats (2 abandons sur 4)
- Choisir ses produits en vrac (plutôt que pré-emballés) (2 abandons sur 9)
- Utiliser des sacs/caisses réutilisables pour le transport des achats (1 abandon sur 5) : mal classé car ayant trait à l'utilisation de sac à pain réutilisable -> à regrouper avec « Apporter ses propres contenants réutilisables lors des achats » qui passe donc à 3 abandons sur 5
- Fabriquer ses produits d'entretien ménagers (1 abandon sur 5)

Catégorie de geste abandonné	Motifs donnés pour expliquer les abandons (temporaires ou définitifs)
Apporter ses propres contenants réutilisables lors des achats (3/5)	<ol style="list-style-type: none"> 1. D'une part, il n'existe pas de grande surface avec charcuterie / fromages à la découpe près de chez moi. D'autre part, en faisant mes courses sur le chemin du retour du boulot, à vélo, je devrais transporter mes contenants toute la journée dans mon sac, ce qui me paraît difficile à réaliser. 2. La raison principale est que nous n'avons pas de sac adapté à toutes les tailles et formes de pain. Une autre raison est que l'achat de pain est souvent non prémédité. Nous achetons notre pain à différents endroits. Dans certains supermarchés, on est obligé d'utiliser le sac prévu qui a le code barre correspondant au pain. 3. Il s'agissait de réutiliser les sacs à pain, cela paraît simple mais finalement comme nous n'achetons jamais le pain au même endroit ni de façon régulière, on oublie le sachet.
Faire soi-même des petites préparations alimentaires (3/6)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Faire le choco : on ne prend pas le temps de le faire et pas la top recette - en fait je voudrais carrément arrêter le choco tout court. Mais donc je dois m'atteler à mettre en place une alternative. 2. J'ai fait le yaourt avec une yaourtière mais notre famille a une consommation très très grande de yaourt ! On achète le yaourt en pots consignés en verre. Pour le pain, on a la machine à pain mais le goût n'est pas dingue, résultat on achète le pain sans emballage et on en congèle 4-5 à la fois. 3. Etant donné que nous avons tous les deux des longs trajets pour le boulot (4h par jour pour moi), je n'ai plus de tout le temps de faire des tartinades salées. En plus, c'est vrai que ce n'étais pas devenu un automatisme donc je n'ai pas gardé le pli. J'ai eu plutôt tendance à simplifier ma façon de

	cuisiner. Néanmoins, nous n'achetons pas pour autant des préparations emballées dans du plastique (sauf, rarement du filet américain préparé..), nous mangeons plutôt du fromage acheté dans nos boîtes.
Choisir ses produits en vrac (plutôt que pré-emballés) (2/9)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Déjà lors du défi, nous nous sommes rendu compte qu'il était difficile de trouver des produits d'entretien tout faits en vrac. Il a fallu réorienter le geste vers la fabrication maison de produits d'entretien basiques à base de savon de Marseille, vinaigre, bicarbonate de soude, etc. 2. Je n'aime pas le goût de ces riz et pâtes en vrac. De plus je ne peux en manger que blanc pour des raisons de santé et ce qui est vendu en vrac est souvent brun.
Fabriquer ses produits d'entretien ménagers (1/5)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Car je ne suis pas convaincue de l'efficacité de mon produit. De plus, avec le déménagement, j'ai préféré me concentrer sur d'autres gestes.

De manière synthétique, on peut donc retenir que :

- Par rapport au fait **d'apporter ses propres contenants réutilisables lors des achats**, les principaux points de blocage relevés sont que cela nécessite de **prévoir et d'organiser à l'avance ses achats** et que cela implique un certain **encombrement** avant les achats proprement dit.

Il semble y avoir une opportunité à relever par rapport spécifiquement aux sacs à pain réutilisables.

Ce geste avait suscité un intérêt certain mais a aussi fait l'objet d'abandons ! Il semblerait que l'achat de pain soit plus spontané, moins organisé et moins routinier (pas toujours au même endroit) que d'autres achats. Cela génère un frein important au fait d'avoir avec soi un sac à pain réutilisable. Le problème se complexifie encore avec le fait que l'achat de pain se fait également en grandes surfaces où il impose l'utilisation d'un code barre pour le passage en caisse.

Demander aux consommateurs de mieux planifier ce type d'achat semble illusoire. Par contre, pourquoi ne pas tenter de développer un sac réutilisable standardisé (utilisable dans différentes boulangeries) et peu encombrant, en partenariat avec les boulangers qui puisse servir de moyen de fidéliser la clientèle ?

- Par rapport au fait de **faire soi-même des petites préparations alimentaires**, il semblerait que les abandons soient essentiellement liés à deux facteurs ; le temps que cela demande pour réaliser les préparations et le résultat qui n'est pas toujours satisfaisant au niveau du **goût** ou au niveau de la **facilité** de réalisation en quantités suffisantes. Les personnes qui ont abandonné ce geste se sont réorientées vers d'autres solutions pour éviter les emballages telles que l'achat en emballages consignés ou réutilisables ou, de manière plus catégorique, en se détournant de la consommation du produit en question.

Un livret de recettes diversifiées, faciles et rapides à réaliser pourrait être un outil intéressant à diffuser. La question du goût subsistera... Les inconditionnels du goût, de la texture et du niveau de sucre d'une certaine marque de pâte à tartiner chocolatée ne trouveront probablement pas facilement une recette à leur goût... Mais offrir une diversité de solutions permettra plus facilement à chacun d'en trouver une satisfaisante.

- Par rapport au fait de **choisir ses produits en vrac (plutôt que pré-emballés)**, c'est le **manque de disponibilité** qui est le principal facteur de blocage : **choix de produits insuffisant, disponibilité insuffisante** (certains produits n'existent pas en vrac en grandes surfaces, pas de fournisseurs à proximité...). ou **insatisfaction par rapport aux produits disponibles en vrac**.

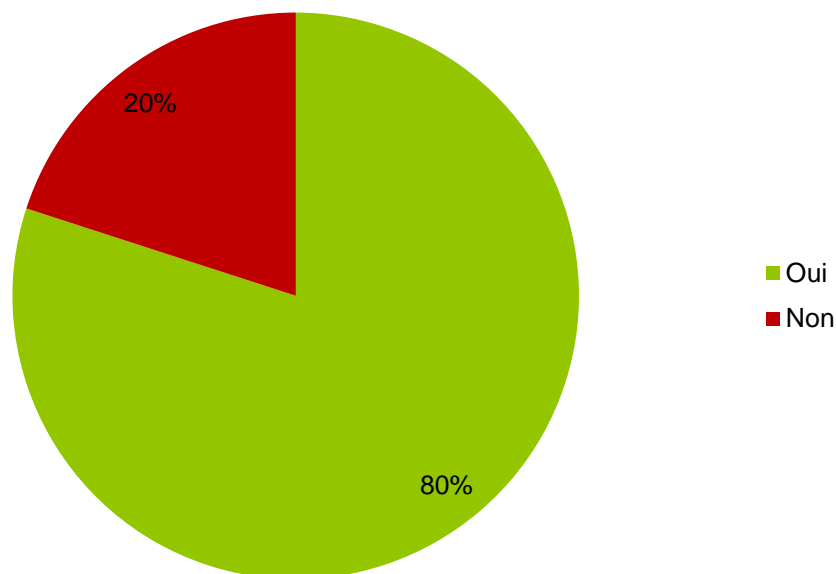
Soutenir le développement et la diversification de l'offre de produits en vrac, tant en grandes surfaces que dans les petits commerces, semble être la seule réponse envisageable par rapport à ce frein rencontré.

- Par rapport au fait de **fabriquer ses produits d'entretien ménagers**, une personne a abandonné ce geste à cause d'une insatisfaction par rapport à l'efficacité du produit.

Prévoir un suivi après les ateliers de fabrication des produits d'entretien pour répondre aux problèmes rencontrés et, éventuellement prévoir d'adapter les recettes en fonction des attentes. Il existe, par exemple, de nombreuses recettes de lessive dont le dosage des différents ingrédients peut parfois fortement varier. Partant d'une recette de base, il est possible d'adapter le dosage des ingrédients, voire même d'ajouter un ingrédient en fonction du résultat souhaité (en termes de blancheur, par exemple).

A l'inverse des abandons, certains ménages ont continués à expérimenter de **nouveaux gestes après la période de coaching...**

Depuis la fin de l'accompagnement il y a 10 mois, avez-vous testé de nouveaux gestes?



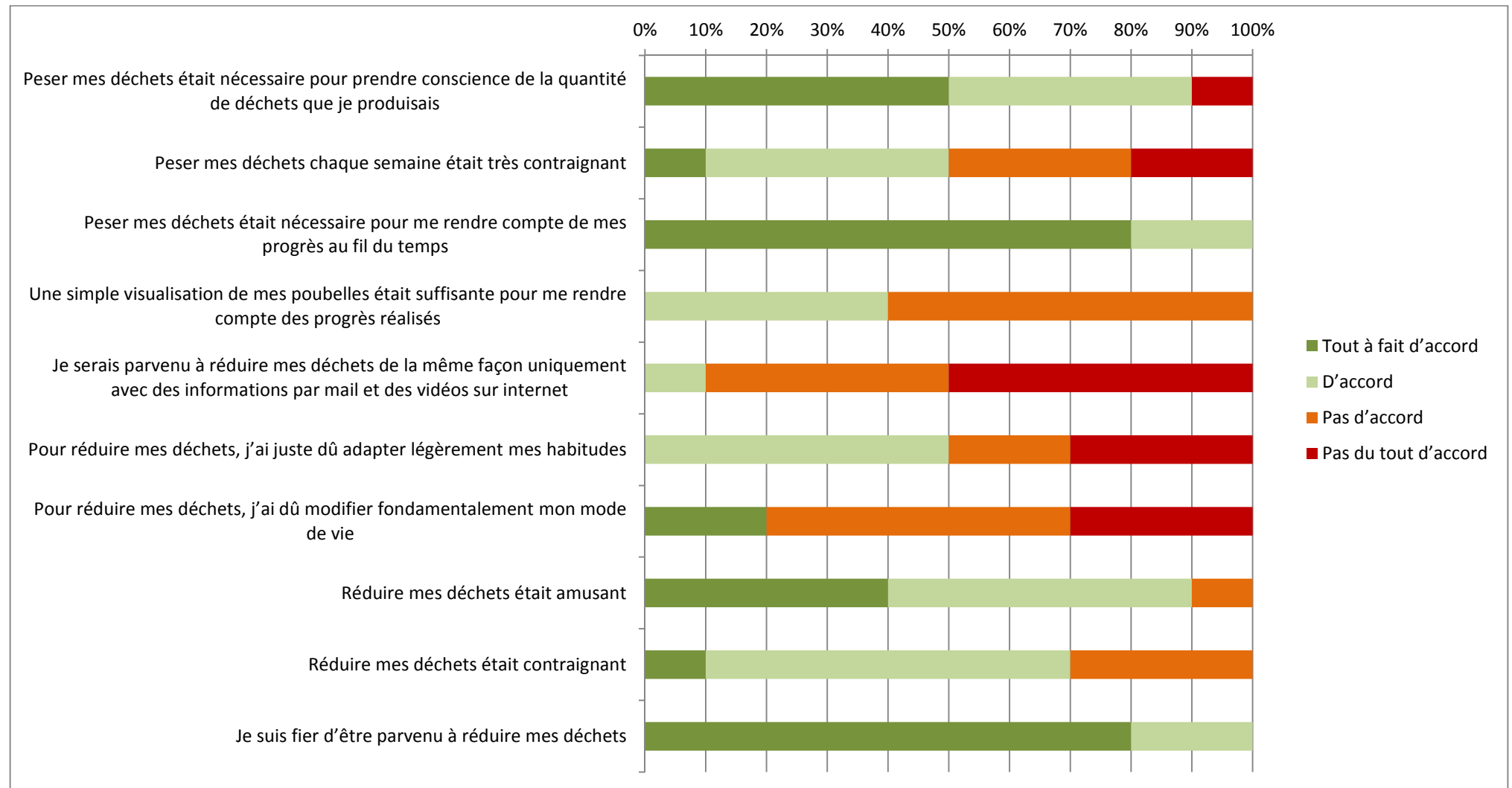
Nouveaux gestes testés après la période de coaching

A côté des abandons constatés, 8 ménages sur 10 ont continué d'expérimenter de nouveaux gestes après la période de coaching.

C'est un résultat extrêmement encourageant par rapport au type de coaching mené dans la cadre de ce projet. L'objectif était en effet de mettre en capacité et d'autonomiser les ménages coachés par rapport à la problématique en leur donnant des clés et des outils pour être en mesure de construire leurs propres solutions et non de leur fournir des solutions toutes faites.

3. EVALUATION DES MÉTHODES ET OUTILS MIS EN PLACE DANS LE CADRE DU COACHING

L'évaluation porte également sur la **méthode d'accompagnement** mise en œuvre et les **outils** proposés dans le cadre du coaching qui avait pour objectif la mise en capacité des ménages par un mode d'apprentissage collectif.



3.1. PESER SES DÉCHETS : UTILE OU PAS ?

Afin de susciter une prise de conscience et de permettre de mesurer les effets sur les quantités de déchets des modifications de comportements, nous avons choisi de demander aux ménages de pratiquer une **pesée des déchets de façon systématique et précise : six flux devaient être pesés séparément chaque semaine.**

Bien que largement considérée comme très **contraignante**, cette opération de pesée est néanmoins considérée comme **nécessaire pour prendre conscience de la quantité des déchets produite** par 9 répondants sur 10.

Outre cet effet déclencheur dans la prise de conscience, l'opération de pesée devait également être un instrument de mesure des évolutions au fil des semaines, fournissant un retour d'information en temps réel par rapport aux comportements adoptés. Cet aspect est plébiscité par les répondants qui considèrent tous que cette pesée, aussi contraignante qu'elle soit, était **nécessaire pour se rendre compte des progrès au fil du temps**. Seuls 4 répondants sur 10 estiment qu'une simple visualisation de leurs poubelles auraient été suffisante pour se rendre compte des progrès réalisés.

Même le principe des pesées devait être simplifié à l'extrême dans le cadre d'une extension d'un tel projet, il faut garder à l'esprit qu'un des leviers forts des changements de comportement consiste à donner un retour d'information direct sur les résultats liés à son comportement.

3.2. RESENTI DES PARTICIPANTS PAR RAPPORT AU PROJET

« **Réduire ses déchets d'emballages** » amène un sentiment très ambivalent pour les répondants : à la fois majoritairement considéré comme **contraignant** mais encore plus largement considéré comme **amusant**. Il en ressort un sentiment général de **fierté d'y être parvenu**.

Il est réconfortant de voir que le côté « amusant » de la participation au projet soit largement relevé par les répondants car nous avons pris le parti, dès le départ, de donner une tonalité « **ludique** » au projet. Dès la phase de recrutement, les volontaires ont été invités à relever un défi, le « Défi Moins d'Emballages » plutôt qu'à prendre part à un projet d'accompagnement. D'ailleurs, certains ménages (et certains coaches) ont souligné combien ils « s'étaient pris au jeu » pour aller le plus loin possible dans la recherche de solutions sans emballage, faisant preuve d'ingéniosité et de créativité. Toutes les activités prévues dans le cadre du coaching étaient organisées de manière à placer les échanges et la convivialité au cœur de l'action.

Pour réduire -parfois drastiquement- leurs déchets d'emballages, 8 ménages participants sur 10 n'ont pas le sentiment d'avoir modifié fondamentalement leur mode de vie. Cependant, ils ne sont pas tous d'accord non plus (5 sur 10) pour dire que les changements opérés n'étaient qu'une légère adaptation de leurs habitudes.

« **Réduire ses déchets d'emballages** » demande une prise de conscience et une **remise en question plus que superficielle de ses habitudes** mais, même des ménages volontaires et très motivés n'étaient visiblement **pas prêts à remettre en cause fondamentalement leur mode de vie** pour autant, ou du moins, ils n'ont pas eu ce sentiment.

Proposer un accompagnement ludique et amusant, susciter une prise de conscience et amener à une remise en question des habitudes semblent avoir été des clés importantes pour déclencher le processus de changement de comportement.

3.3. QUEL MODÈLE D'ACCOMPAGNEMENT POUR AIDER LES MÉNAGES À RÉDUIRE LEURS DÉCHETS ?

La question du **modèle d'accompagnement (type de coaching)** mis en place pour parvenir à réduire ses déchets est soulevée ici.

Un premier ressenti des répondants nous indique que, bien que très curieux, motivés, partant d'une démarche volontaire et parfaitement aptes à trouver des informations par eux-mêmes, 9 ménages sur 10 estiment qu'ils **ne seraient pas parvenus à réduire leurs déchets d'emballages de la même façon uniquement avec des informations par mail et des vidéos sur internet.**

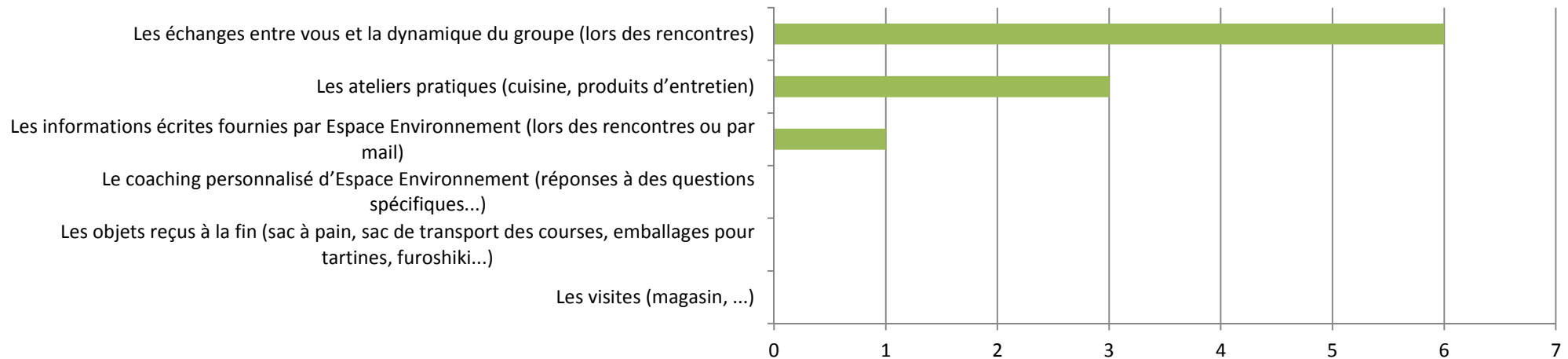
Dans le cadre de l'accompagnement, nous avons organisé une série **d'ateliers, de visites, de rencontres, de moments d'échanges** visant à créer et favoriser une **dynamique de groupe**, nous avons fourni des **informations de base**, nous avons fourni des **réponses aux questions spécifiques de chacun**, nous avons fourni **certains objets facilitateurs** aux participants.

Dix mois plus tard, nous leur avons demandé ce qui leur a été **le plus utile concrètement pour les aider à réduire leurs déchets d'emballages**. Ci-dessous, le résultat de leur classement.

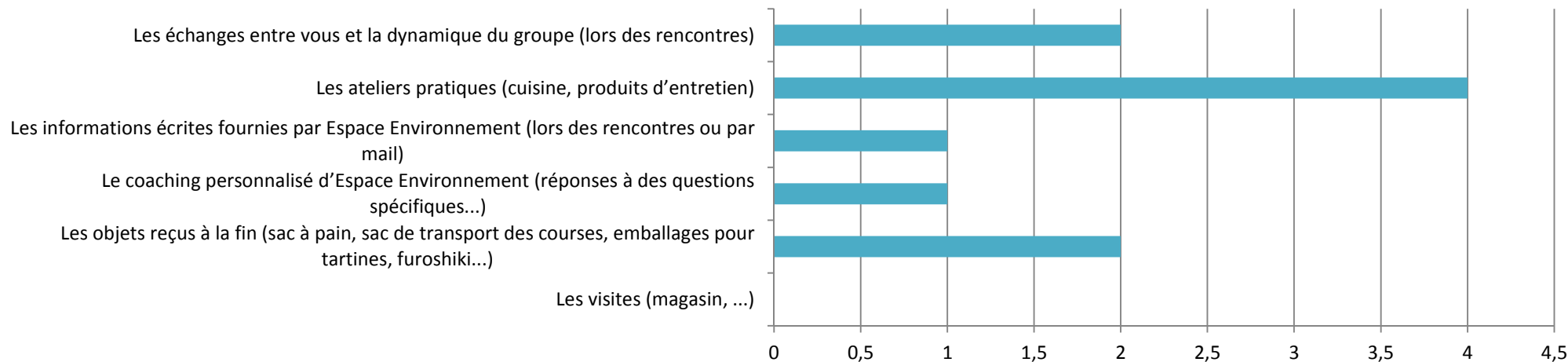
Un graphe illustre comment les différentes propositions ont été classées en première, deuxième et troisième position et un score global a été calculé sur le principe d'une moyenne pondérée en attribuant une note de 6 aux propositions classées en première position, une note de 5 aux propositions classées en deuxième position...et ainsi de suite jusqu'à la note de 1 attribuée aux propositions classées en sixième position.

Quels éléments du coaching vous ont été le plus utile pour vous aider à réduire vos déchets d’emballages?

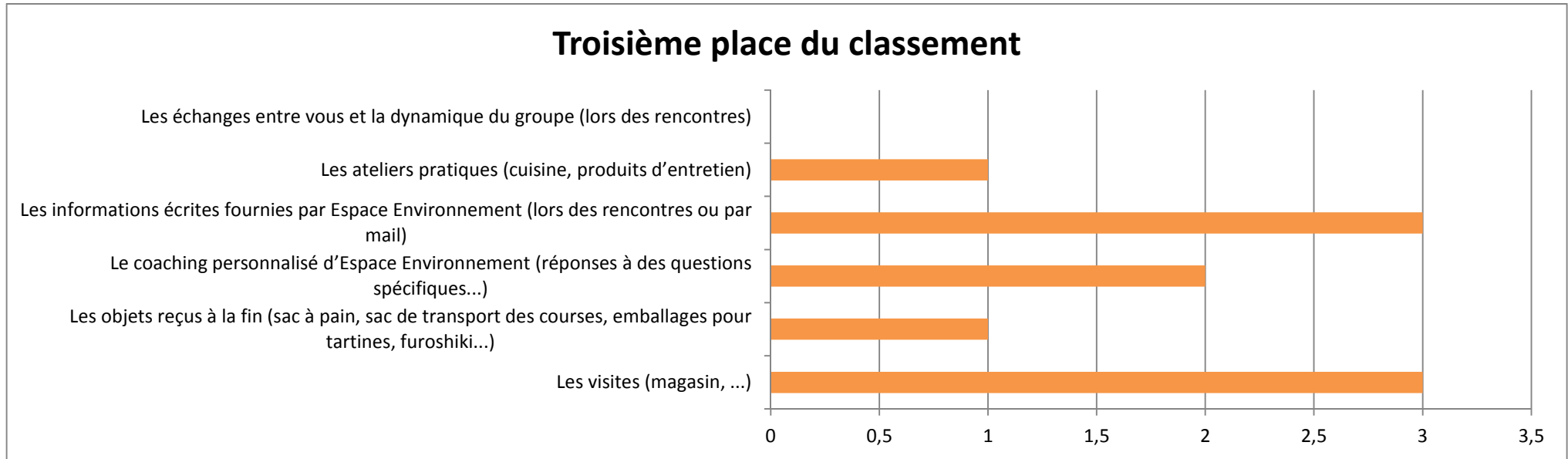
Première place du classement



Deuxième place du classement



Quels éléments du coaching vous ont été le plus utile pour vous aider à réduire vos déchets d'emballages?

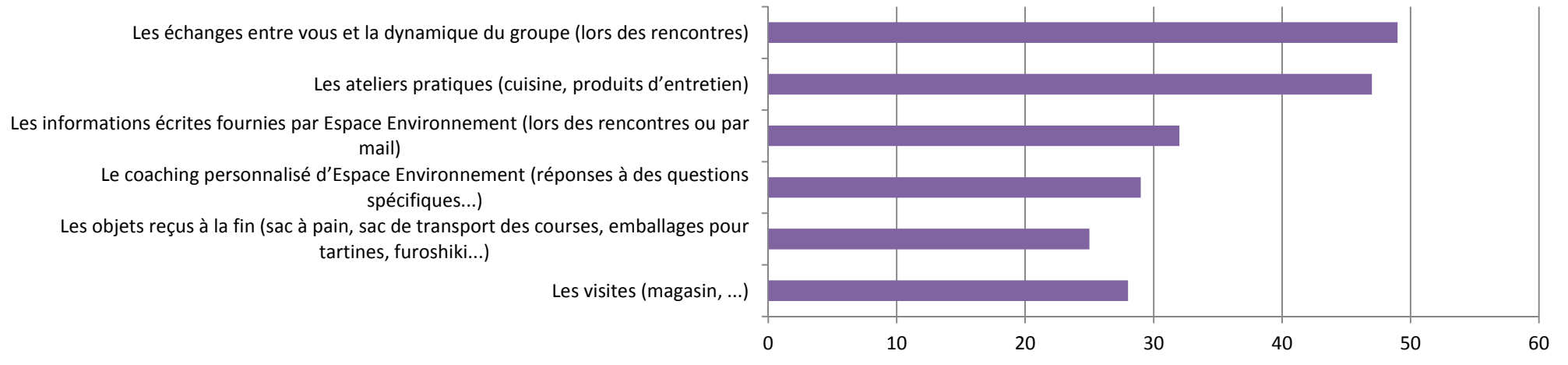


En rassemblant tous les résultats sous un **score global** (calculé comme une moyenne pondérée), il ressort que les **éléments les plus utiles pour arriver à réduire leurs déchets d'emballages** aux yeux des participants ont été :

1. les échanges entre eux et la dynamique du groupe lors des rencontres
2. les différents ateliers pratiques organisés

Les échanges de bonnes pratiques et la dynamique de groupe semblent être des éléments ressentis comme essentiels pour mener à bien une telle démarche de réduction des déchets. Le sentiment d'appartenir à un groupe précurseur et novateur est important et réconfortant pour faire face à la marginalisation qui peut être ressentie lorsqu'on sort des circuits de consommation classique de masse. Savoir qu'on n'est pas seul dans cette démarche, échanger sur les réussites et les déboires de chacun est un moteur important dans le renforcement mutuel pour un changement de comportement.

Score global classement



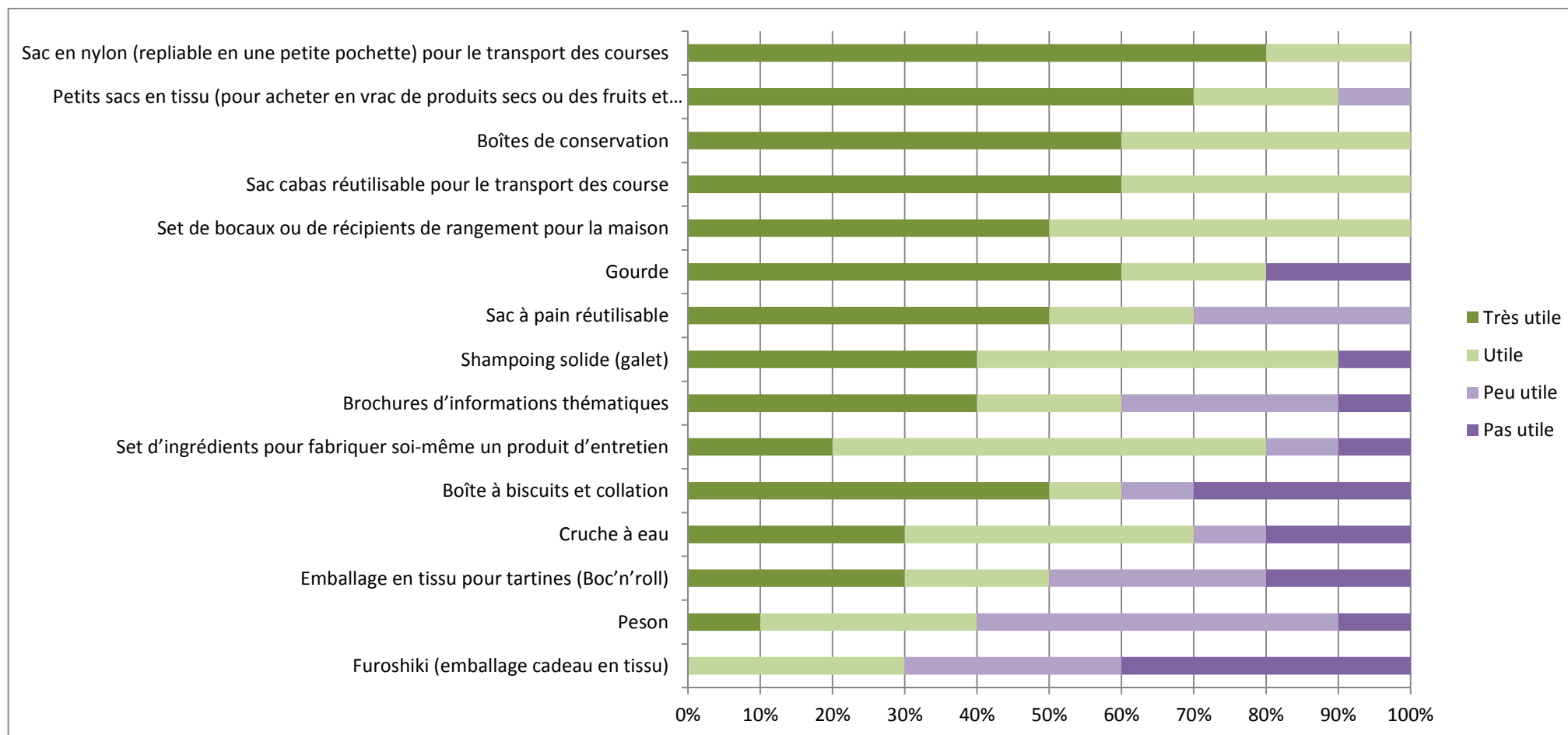
Recommandations :

- *développer et soutenir des dynamiques citoyennes de quartier, des ateliers d'échanges de savoir est de nature à soutenir des individus isolés dans leur démarche et à en inspirer d'autres ;*
- *soutenir le développement d'une communauté « zéro déchet » à Bruxelles serait intéressant à plus grande échelle en vue d'élargir le renforcement mutuel des citoyens les plus engagés et de disséminer les bonnes pratiques.*

3.4. QUELS « OBJETS » SERAIENT LES PLUS UTILES POUR SOUTENIR LA RÉDUCTION DES DÉCHETS D'EMBALLAGES ?

A la fin du défi, nous avons offert aux participants une série d'objets destinés à aider à la réduction des déchets d'emballages.

Dix mois plus tard, au vu de leur expérience, nous avons testé auprès d'eux toute une série d'objets qui pourraient être utiles pour aider les gens concrètement à réduire leurs déchets d'emballages en leur demandant de noter le « degré d'utilité » de chaque objet par rapport à cet objectif de réduction des déchets.



La palme des objets les plus utiles revient au sac repliable (le plus souvent en nylon) pour le transport des achats, au sac cabas réutilisable, aux boîtes de conservation et au set de bocaux ou de récipients pour le rangement à la maison. A peu près au même niveau (jugé « peu utile » par une seule personne), viennent les petits sacs réutilisables en tissu pour les achats en vrac et le galet de shampooing solide. En clair, **l'attirail complet pour acheter en vrac est largement plébiscité** : depuis le sac de transport jusqu'à la boîte de rangement à la maison.

Certaines enseignes semblent avoir déjà compris l'intérêt pour ce genre de produits. A titre d'exemple, et sans vouloir faire de publicité pour ce magasin, [Dille & Kamille Belgique](#) a récemment dédié une table à l'achat en vrac et au rangement des produits achetés en vrac ainsi qu'au

transport des achats. Cette table thématique réunissait bocaux de toutes tailles, pinces pour faire ses conserves, petites pelles, entonnoirs, livres de recettes pour faire ses produits soi-même. On y trouvait aussi paniers, cabas, serviettes et nappes en tissu....



Les autres objets qui ressortent sont plus de type « **produits à découvrir et à tester** » : le galet de shampoing (relativement peu répandu) et le set d'ingrédients pour fabriquer soi-même un produit d'entretien, sans doute en vue de tester une première fois le mélange (facilité et temps à y consacrer) et l'efficacité du produit avant de se lancer dans l'achat plus massif des ingrédients de base.

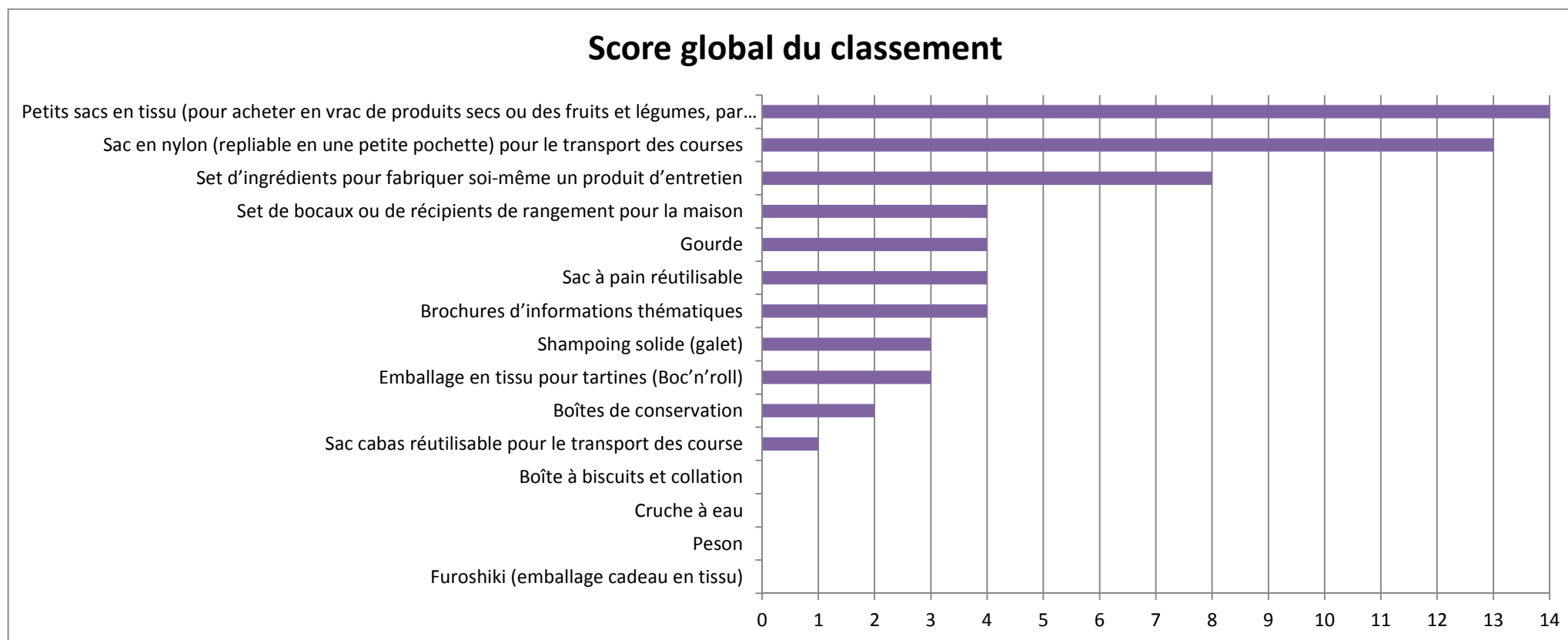
Enfin, grand classique, la **gourde** reste encore considérée comme utile voire très utile par 8 personnes sur 10.

Mais, au-delà de leur utilité propre, de tels objets peuvent également servir de **déclencheur** pour passer à l'acte.

3.5. QUELS GOODIES AURAIENT LE PLUS UN EFFET DÉCLENCHEUR POUR PASSER À L'ACTION ?

Nous avons demandé aux participants au projet de classer **les 3 objets qu'ils considèrent comme les plus utiles pour passer à l'action et qui pourraient avoir un effet déclencheur** parmi la liste d'objets déjà utilisée ci-dessus. Par ailleurs, nous leur avons demandé s'ils avaient des suggestions complémentaires.

Pour donner le résultat de manière synthétique, nous avons calculé un **score global** pour chaque objet sur le principe d'une moyenne pondérée en attribuant une note de 3 aux propositions classées en première position, une note de 2 aux propositions classées en deuxième position et une note de 1 attribuée aux propositions classées en troisième position.



Les objets les mieux classés par les répondants pour leur **effet déclencheur** pour passer à l'action sont les **petits sacs réutilisables en tissu pour les achats en vrac** et le **sac repliable** (le plus souvent en nylon) pour le transport des achats.

Alors qu'il est relativement facile de se procurer les seconds dans le commerce, les sacs en tissu pour les achats en vrac sont moins faciles à trouver. Des initiatives se développent pour les commercialiser (<http://www.bagtogreen.com/> en Belgique) ou pour les fabriquer soi-même sur base de tutoriels (<https://zerocarabistouille.be/2016/04/15/je-fais-mes-sacs-a-vrac-moi-meme-na/> par exemple) ou dans le cadre d'ateliers de couture comme « The Taste of No Waste » à Saint-Gilles, par exemple, <https://www.facebook.com/thetasteofnowaste/>.

Ensuite, à égalité, on retrouve le set de bocaux ou de récipients pour le rangement à la maison, la gourde, le sac à pain réutilisable et les brochures d'information thématiques.

Parmi les autres suggestions pour avoir un effet déclencheur, les répondants citent :

- Augmenter drastiquement le prix des sacs poubelles blancs ?!
- Le livre de Bea Johnson, son blog, son fil Twitter ou assister à l'une de ses conférences
- Le caddie pour transporter ses courses et ses contenants quand on est à pied
- « Parfois on pense que l'on doit acheter de nouvelles choses pour faire ses courses en zéro déchet. En fait, on peut en général trouver la plupart des choses chez soi. Donc ce serait peut-être utile de fournir une description d'un kit de courses basé sur des objets que les gens ont chez eux ? Par exemple tupperwares, pots de confiture vides, boîtes de glace (1l). Ajouter un tutoriel pour faire des sacs en tissus soi-même? »

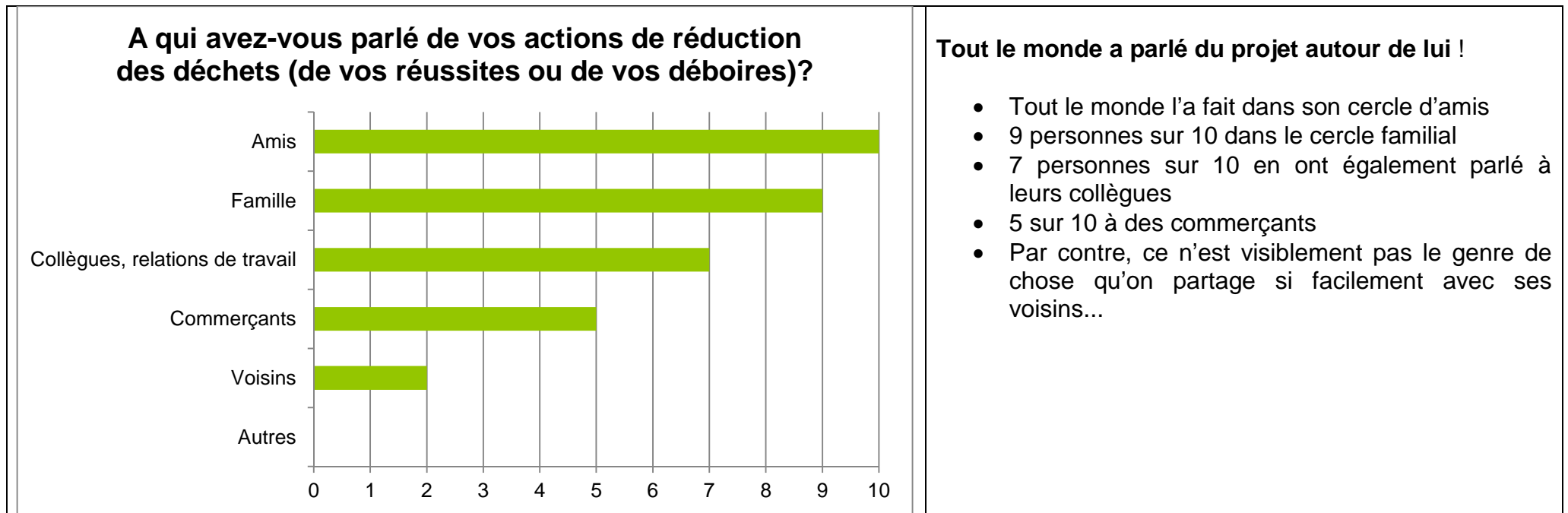
En vue de déclencher des passages à l'action auprès de personnes sur le point de le faire, il serait intéressant de :

- *mettre en avant des expériences inspirantes : Béa Johnson en est une mais certains ménages ayant participé au défi sont également des ambassadeurs locaux de la démarche ! ;*
- *prévoir la diffusion de « goodies » considérés comme les plus « déclencheurs » aux yeux des participants au défi : **petits sacs réutilisables en tissu pour les achats en vrac** et le **sac repliable** (le plus souvent en nylon) pour le transport des achats ;*
- *de manière complémentaire et, dans la mouvance du développement du DIY, diffuser des tutoriels pour la fabrication de « sacs à vrac » ou de « sacs pour le transport des courses » et soutenir et faire connaître les ateliers qui proposent un apprentissage pour la fabrication de tels sacs serait encore plus porteur et plus pérenne dans une optique de mise en capacité des citoyens ;*
- *enfin fournir une liste-type du « kit de l'achat en vrac » sur base d'objets de récupération.*

3.6. DISSÉMINATION ET EXTENSION DE LA DÉMARCHE SUITE AU COACHING

Le bouche-à-oreille fonctionne !

A la question « Avez-vous parlé de vos actions de réduction des déchets (de vos réussites ou de vos déboires) autour de vous ? », tous les participants au projet ont répondu par l'affirmative. C'est sans doute à mettre en lien avec le sentiment unanime de « fierté » déjà relevé plus haut. Mais vers qui s'oriente prioritairement ce bouche-à-oreille ?



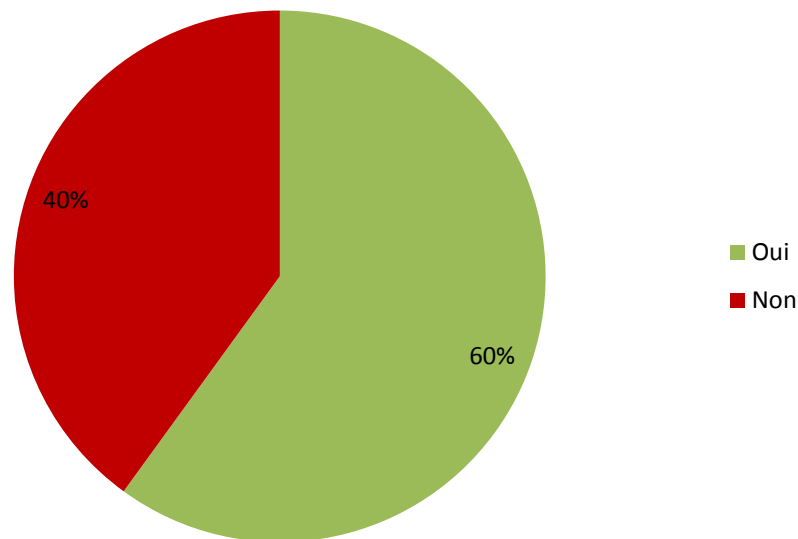
Mais, nos « ambassadeurs » n'ont pas fait qu'en parler autour d'eux. Ils sont également **passés des paroles aux actes** !

Dissémination des pratiques

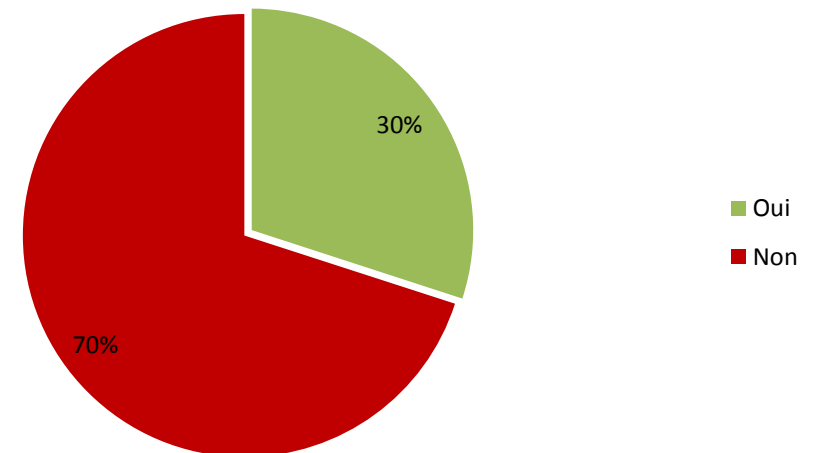
6 participants sur 10 ont montré des trucs et astuces (comment reproduire la démarche qu'ils avaient suivie, comment s'organiser pour les courses), certaines préparations (culinaires, produits d'entretien) et diffusé certaines informations (où trouver des magasins vrac) autour d'eux.

Par ailleurs, 3 d'entre eux ont tenté de mettre en place le même genre de geste dans le cadre du travail et ont exporté leurs gestes sur leur lieu de travail : achat de thé en vrac, de bouteilles d'eau consignées, utilisation de couverts réutilisables, pique-nique emballés dans des emballages réutilisables, refus des sacs de plastique jetable pour le transport et apporter son propre contenant pour aller acheter sa salade...).

Avez-vous montré à d'autres certains trucs et astuces ou certaines préparations apprises lors des ateliers ou lors des rencontres?

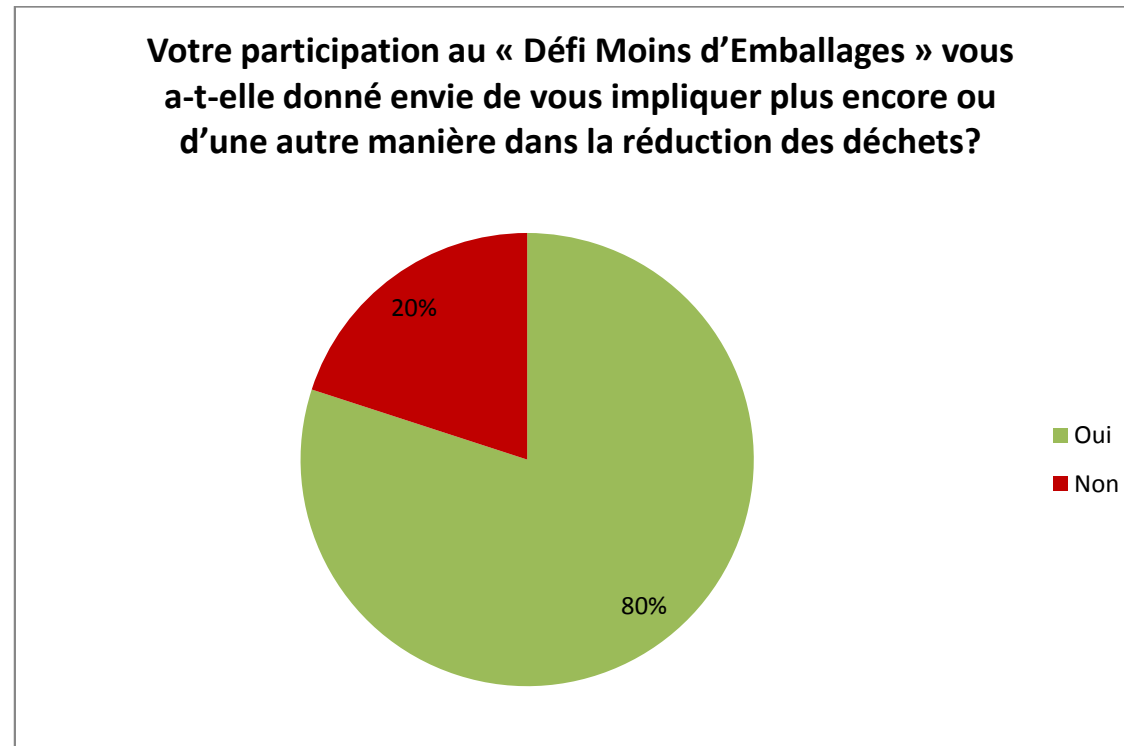


Suite à votre participation au « Défi Moins d'Emballages », avez-vous tenté de mettre en place le même genre de gestes de réduction des déchets dans un autre contexte que le contexte familial (au travail ou dans le cadre d'un hobby, par exemple)?



Envie d'aller plus loin

Le but du coaching est aussi de mettre les personnes en capacité d'aller plus loin et de continuer la démarche de manière autonome. Ces personnes nous démontrent que c'est bien le cas : 8 sur 10 ont envie de s'impliquer plus encore ou d'une autre manière dans la réduction des déchets !



Derrière cette affirmation, les actions concrètes sont diverses :

- Mettre en place un compost
- Donner des conseils à des personnes désireuses de réduire leurs déchets
- Participer à des ateliers sur le mode de vie « zéro déchets »

- Faire du troc
- Faire plus d'efforts dans le sens d'une démarche plus respectueuse de l'environnement
- Veiller systématiquement à réduire les déchets d'emballages
- Construire une maison sans plastique
- **Développer un projet d'entreprise autour de la réduction des déchets !**

A partir du moment où on arrive, par le coaching, à transformer des changements de comportement en réussites personnelles, impliquant un sentiment de fierté, les personnes concernées auront spontanément tendance à en parler autour d'elles. Ces personnes novatrices « contaminent » leur entourage en montrant concrètement leurs réalisations et en disséminant des informations. Elles exportent également les comportements développés dans un contexte familial dans le contexte du travail ou lors de leurs sorties et ont envie d'aller plus loin et de prolonger la démarche par elles-mêmes.

Accompagner les personnes au changement par un coaching adéquat en les mettant sur la voie de la réussite et de l'autonomie par une mise en capacité est garant de la pérennité de la démarche au-delà de la période de coaching, d'une dissémination spontanée des pratiques et d'un engagement profond et ancré qui pousse à prolonger la démarche dans de nouveaux projets (personnels ou même professionnels).

4. CONCLUSIONS ET RECOMMANDATIONS

Dix mois après la fin de la période de coaching, sur les 54 nouveaux gestes testés et évalués par les 11 ménages ayant participé au Défi Moins d'Emballages, **81% des gestes sont encore pratiqués** et 6 répondants sur 10 estiment que le volume de leurs déchets est resté stable, 1 estime même qu'il s'est encore réduit.

En examinant les gestes qui ont fait l'objet d'abandons et les raisons de ces abandons, on peut formuler quelques **recommandations** :

- *Il semble y avoir une opportunité à relever par rapport spécifiquement aux sacs à pain réutilisables. Ce geste avait suscité un intérêt certain mais a aussi fait l'objet d'abandons ! Il semblerait que l'achat de pain soit plus spontané, moins organisé et moins routinier (pas toujours au même endroit) que d'autres achats. Cela génère un frein important au fait d'avoir avec soi un sac à pain réutilisable. Le problème se complexifie encore avec le fait que l'achat de pain se fait également en grandes surfaces où il impose l'utilisation d'un code barre pour le passage en caisse. Demander aux consommateurs de mieux planifier ce type d'achat semble illusoire. Par contre, pourquoi ne pas tenter de développer un sac réutilisable standardisé (utilisable dans différentes boulangeries) et peu encombrant, en partenariat avec les boulangers qui puisse servir de moyen de fidéliser la clientèle ?*
- *Un livret de recettes diversifiées, faciles et rapides à réaliser pourrait être un outil intéressant à diffuser. La question du goût subsistera... Les inconditionnels du goût, de la texture et du niveau de sucre d'une certaine marque de pâte à tartiner chocolatée ne trouveront probablement pas facilement une recette à leur goût... Mais offrir une diversité de solutions permettra plus facilement à chacun d'en trouver une satisfaisante.*
- *Soutenir le développement et la diversification de l'offre de produits en vrac, tant en grandes surfaces que dans les petites commerces, semble être la seule réponse envisageable par rapport à ce frein rencontré.*
- *Prévoir un suivi après les ateliers de fabrication des produits d'entretien pour répondre aux problèmes rencontrés et, éventuellement prévoir d'adapter les recettes en fonction des attentes. Il existe, par exemple, de nombreuses recettes de lessive dont le dosage des différents ingrédients peut parfois fortement varier. Partant d'une recette de base, il est possible d'adapter le dosage des ingrédients, voire même d'ajouter un ingrédient en fonction du résultat souhaité (en termes de blancheur, par exemple).*

Par rapport à l'évaluation de la **méthode d'accompagnement** et des **outils** proposés dans le cadre du **coaching** qui avait pour objectif la mise en capacité des ménages par un mode d'apprentissage collectif, nous formulons également différentes recommandations :

- *Accompagner les personnes au changement par un coaching adéquat en les mettant sur la voie de la réussite et de l'autonomie par une mise en capacité est garant de la pérennité de la démarche au-delà de la période de coaching, d'une dissémination spontanée des pratiques et d'un engagement profond et ancré qui pousse à prolonger la démarche dans de nouveaux projets (personnels ou même professionnels).*
- *Proposer un accompagnement ludique et amusant, susciter une prise de conscience et amener à une remise en question des habitudes semblent avoir été des clés importantes pour déclencher le processus de changement de comportement.*
- *Même le principe des pesées devait être simplifié à l'extrême dans le cadre d'une extension d'un tel projet, il faut garder à l'esprit qu'un des leviers forts des changements de comportement consiste à donner un retour d'information direct sur les résultats liés à son comportement.*
- *Développer et soutenir des dynamiques citoyennes de quartier, des ateliers d'échanges de savoir est de nature à soutenir des individus isolés dans leur démarche et à en inspirer d'autres.*
- *Soutenir le développement d'une communauté « zéro déchet » à Bruxelles serait intéressant à plus grande échelle en vue d'élargir le renforcement mutuel des citoyens les plus engagés et de disséminer les bonnes pratiques.*
- *Mettre en avant des expériences inspirantes : Béa Johnson en est une mais certains ménages ayant participé au défi sont également des ambassadeurs locaux de la démarche !*
- *Prévoir la diffusion de « goodies » considérés comme les plus « déclencheurs » aux yeux des participants au défi : petits sacs réutilisables en tissu pour les achats en vrac et le sac repliable (le plus souvent en nylon) pour le transport des achats.*
- *De manière complémentaire et, dans la mouvance du développement du DIY, diffuser des tutoriels pour la fabrication de « sacs à vrac » ou de « sacs pour le transport des courses » et soutenir et faire connaître les ateliers qui proposent un apprentissage pour la fabrication de tels sacs serait encore plus porteur et plus pérenne dans une optique de mise en capacité des citoyens.*
- *Fournir une liste-type du « kit de l'achat en vrac » sur base d'objets de récupération.*