



Les petits gestes écolo pour Singapour: les 3R de ShiokFarm

Un beau jour, on a voulu manger des légumes et des fruits plus goûtus. On avait envie du marché qui sentait la Provence, les herbes et de la nappe colorée qui nous rappelait la MAISON.

On a cherché autour de nous et on a rencontré une passionnée de légumes...et d'écologie: Claire, qui a créé *ShiokFarm*. Elle dit que le geste responsable

commence par le sien. Même s'il est petit, c'est un début. Et puis habitant ici, on ne va pas se ranger de sitôt du côté de ceux qui veulent empêcher les avions de voler!

Avez-vous entendu parler de la règle des 3R: Réduire, Réutiliser, Recycler?

Claire nous guide ici pour l'appliquer au quotidien. Des idées autour des 3R pour un mode de vie plus durable. A essayer ASAP.

Réduisons!

A bas le plastique

Vous savez sans doute que le **plastique met jusqu'à 450 ans pour se décomposer?**

Libérons-nous du plastique qui est loin d'être fantastique. Refusons les pailles et les couverts en plastique pour les repas à l'extérieur et **investissons dans des sets réutilisables.**

De même, lorsque nous faisons nos courses, **pensons à utiliser des sacs écologiques** et refusons les sacs en plastique.



C'est pas bien bieu, tout ça....

Stop à la surconsommation d'électricité

Optimisons! **Eteignons les lumières et les ventilateurs** lorsque nous n'en avons pas besoin. Réglons **les climatiseurs à environ 25/26°C**. **Débranchons nos appareils** lorsqu'ils sont chargés.

Décarbonons notre empreinte

ShiokFarm mesure son empreinte carbone et constate que **10% de ses émissions de CO2** sont liées aux **livraisons à domicile**. **Utilisons des points de collecte** autant que possible, c'est d'ailleurs ce que *ShiokFarm* essaie de systématiser avec 15 adresses sur l'île! Chaque fois que nous le pouvons, **allons chercher nos marchandises nous-mêmes** via les transports en commun.

89 % des émissions de CO2 de *ShiokFarm* sont dues au transport des marchandises vers Singapour.

Utilisons autant que possible les transports par les routes terrestres et maritimes. Préférons les produits qui sont importés par camion et par bateau, bien moins polluants que l'avion.

Réutilisons!

Donnons nos emballages

Des emballages pour le bricolage! Que nous ayons des enfants ou non, gardons nos boîtes en carton, nos boîtes à œufs, nos bouteilles en plastique et demandons à **une école près de chez nous** si **tous ces matériaux l'intéressent**. Nous pourrions bien être surpris par la réponse!



Y'a du matos pour la fête des mères!

Offrons une seconde vie à nos vêtements

Donnons les vêtements, chaussures, sacs que nous ne portons plus. Evitons de les confier à certaines grandes enseignes qui pratiquent le greenwashing. De nombreuses associations récupèrent les vêtements à Singapour. On peut citer ***It's raining raincoats* (vêtements hommes)** et ***Daughters of tomorrow***.

Les helpers sont aussi toujours contentes de **récupérer des vêtements** qu'elles revendent pour arrondir leur fin de mois ou qu'elles rapportent dans leur pays.

Recyclons!

Utilisons « bien » les bacs de recyclage

La situation de la pandémie a aggravé le taux de recyclage de Singapour. Au cours des deux dernières années, **seuls 13% des déchets ont été recyclés**. Selon l'Agence nationale pour l'environnement (NEA), **la consigne des bacs de recyclage bleus n'est pas suivie**. On y retrouve liquides et nourriture, vêtements et jouets! Encourageons à bien utiliser les bacs bleus : **seuls papier métal plastique et verre doivent y être jetés**.



C'est marqué dessus, comme le Port-Salut!

Compostons nos déchets

Nous pouvons composter chez nous ou à un point de collecte *ShiokFarm*. La personne en charge du point de collecte reçoit chaque semaine des déchets organiques congelés pour son bac à compost. Il faut bien **prendre soin de son compost**. Varier les déchets mais **privilégier les épluchures de légumes**, maintenir un certain taux d'humidité et l'aérer souvent. Un bon compost n'attire pas tant que ça les insectes et ne sent pas mauvais! Oui, c'est vivant donc on y trouve des petits habitants mais pas de

cafards. Il faut compter environ **6 mois pour qu'il soit utilisable**, la patience est de rigueur.

Le compostage naturel réduit les besoins d'engrais chimiques, **permet d'assainir les sols pollués**. On réalise alors un vieux rêve : **augmenter le rendement de nos cultures!**

D'ici 2030, Singapour compte réduire de 30% la quantité de déchets mis en décharge (The Business Times, 2022). Au delà de tous ces petits gestes, il va falloir consommer malin. Sans gaspiller et en prenant le temps de s'informer sur les produits, leur conditionnement, leur provenance.



Merci ShiokFarm, on love la mangrove!

ShiokFarm propose un modèle qui correspond bien aux pratiques que Singapour encourage désormais. Des produits bios, pas de surproduction, des conditionnements réutilisables, un transport le plus souvent par camion. Pour compenser son empreinte carbone, ShiokFarm soutient *Eden Reforestation Projects* qui plante des arbres de mangrove en son nom. Et lorsqu'un membre en parraine un autre, un

arbre est planté pour fêter ça...Espérons que la mangrove prospère!

Merci à Claire de *ShiokFarm* pour ses recommandations...On n'est pas au top pour le compost mais on a bien entendu le message : le meilleur CO2, c'est celui qui n'a pas été émis.

Et pour un mode de vie ecofriendly, fabriquer maison ici.

AB