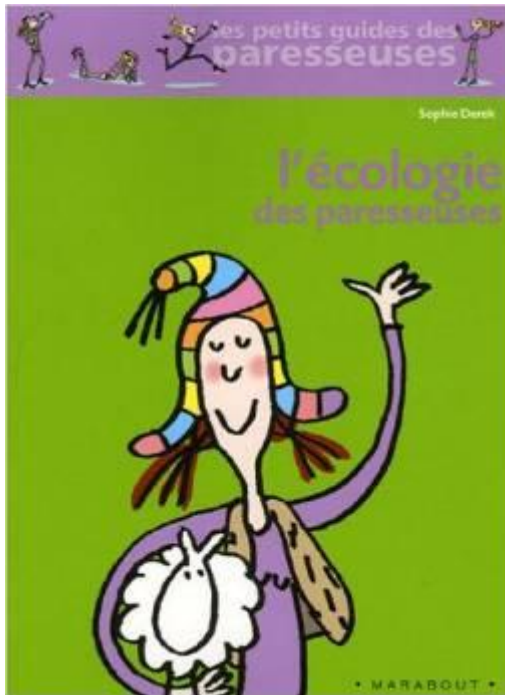


L'écologie des paresseuses,

de [Sophie Derek](#)



Introduction

Vous hésitez à troquer le volant de votre Smart contre un guidon de vélo ? à utiliser une lessive sans phosphates ? à tout recycler ? Et l'écologie dans tout ça ? Entre mauvaise conscience et goût du moindre effort, votre cœur balance. Il est loin le temps où le terme écolo désignait un chevelu du plateau du Larzac qui élevait des biquettes à la main et tricotait des pulls en laine brute teinte à la pelure d'oignon. les choses ont changé ! En théorie, vous n'êtes pas opposée au fait d'intégrer des pratiques respectueuses de l'environnement mais, il faut bien l'avouer, adapter votre vie de tous les jours aux principes verts vous semble fastidieux. Grâce à ce guide, vous découvrirez, sans vous casser la tête, les petits gestes quotidiens bons pour l'environnement. Il s'agit juste de prendre de nouvelles habitudes, de changer (un peu !) votre façon d'agir, d'acheter, de jeter. Notre planète vaut bien qu'on se fatigue un peu, non ?