

Comment réduire sa consommation

17 juillet 2017



21 jours pour devenir « consomm'acteur ! »

Nous sommes tous des consommateurs et nous pouvons orienter nos achats en fonction de nos valeurs les plus profondes. Que vous soyez novice en la matière ou déjà engagé dans cette démarche, vous trouverez dans cet ouvrage un programme sur mesure pour consommer en conscience et de façon équitable.

- . 1 test pour faire le point sur votre consommation.
- . Des missions à relever pour progresser de façon décomplexée et visualiser vos progrès en un

clin d'oeil.

- . Des recettes cosmétiques, culinaires et de produits ménagers, à faire vous-même.
- . Des bons plans et une base solide pour faire de vraies économies !

En famille, en couple ou en solo, vous prenez de bonnes habitudes et vous apprenez à consommer moins et mieux. Et si consommer devenait enfin un acte citoyen ?!

« Ce livre précieux ne prétend pas apporter des solutions magiques. Il vous prend par la main et propose une succession de petits pas libérateurs qui, additionnés les uns aux autres, pourraient transformer le monde ! » - Cyril Dion

- *J'arrête de surconsommer*, Marie Lefèvre et Herveline Verbeken, éd. Eyrolles, 206 p., 11,90 €.

Lire aussi : [Se délester de la consommation pour vivre plus heureux](#)

- Emplacement : [Accueil](#) > [On en parle](#) >
- Adresse de cet article : <https://reporterre.net/Comment-reduire-sa-consommation>