

DES GESTES SIMPLES

TRIER LES DÉCHETS

- Dans la poubelle verre : bouteilles, pots et bocaux
- Trier les déchets organiques pour en faire du compost
- Dans la poubelle papier : journaux, magazines, cartons, prospectus
- Déposer les piles usagées dans les bacs de collecte mis à disposition dans les supermarchés

Aujourd'hui nous produisons 1 kg de déchets par jour et par personne.

ÉCONOMIE D'ÉNERGIE

- Utiliser des lampes à basse consommation (LBC)
- Éviter les lampes halogènes, très gourmandes en énergie
- Éteindre la lumière quand on quitte une pièce
- Ne pas laisser les appareils type téléviseur en veille
- Éviter les sèche-linge
- Baisser la température à 19°C, mettre un pull en plus au lieu de monter le chauffage
- Entretien sa chaudière
- Isoler son logement
- En voiture, réduire sa vitesse
- Ne pas utiliser de voiture pour les petits trajets
- Ne pas acheter de 4x4

RECYCLAGE

1 tonne recyclée	Économies
Verre	660 kg de sable + 100 kg de fuel
Plastique	600 à 800 kg de pétrole brut
Papier	600 kg de papier ou 900 kg de carton

ACHATS

- Privilégier les aliments bio quand c'est possible
- Éviter les aliments avec beaucoup d'emballages
- Acheter des produits de saison (pas de fraises en hiver !)
- Éviter les produits jetables (type lingettes)
- Réduire sa consommation de viande rouge
- Prévoir un sac réutilisable pour faire ses courses

AMPOULES ET LAMPES BASSE CONSOMMATION

Ampoule classique	LBC
40 W	9 W
60 W	11 W
75 W	15 W
100 W	20 W

UN MÉNAGE FRANÇAIS ÉMET EN MOYENNE 15,5 TONNES DE CO₂ PAR AN :

28 % transports
18 % chauffage
4 % eau chaude et électricité
50 % fabrication et transport des marchandises consommées
(source : ADEME)

POLLUTION

- Ne pas laver sa voiture en plein air
- Ne pas jeter de solvants dans le lavabo
- Ne rien jeter dans les toilettes

DANS UN JARDIN

- Faire son compost soi-même
- Utiliser des engrais d'origine végétale ou animale
- Arroser le soir
- Ne pas utiliser de désherbant chimique

Une coccinelle dévore jusqu'à 100 pucerons par jour.

TRANSPORTS ET CO₂

Moyen de transport	Émission de CO ₂ pour 1 km
Vélo	0 g
Train	11 g
Voiture à essence (taille moyenne)	50 g
Bus	90 g
Monospace	200 g
4x4	190 à 400 g
Avion	360 g

La combustion de 1 litre d'essence = 2,4 kg de CO₂

TRANSPORT

- Privilégier marcher ou prendre son vélo plutôt que la voiture: en ville, 50 % des trajets en voiture font moins de 3 km
- Utiliser les transports en commun
- Si je prends la voiture, j'utilise du carburant propre : GPL, GNV, électricité
- Privilégier le covoiturage

EAU

- Boire l'eau du robinet (sauf quand elle est trop riche en nitrates)
- Prendre une douche au lieu d'un bain
- Fermer le robinet quand on se lave les dents
- Installer une chasse d'eau écologique, à deux jets différents
- Lutter contre les fuites d'eau
- Acheter des lessives : concentrée, « écolabellisées »
- Acheter des lave-linge et lave-vaisselle classe A

23 pays se partagent les 2/3 des ressources en eau douce.