

## AGIR AUTREMENT : QUELQUES ECOGESTES

*Nous commençons sérieusement à manquer de tout : eau, énergie, matières premières ... et nous n'avons qu'une seule planète ... il est temps de changer !*

### ECONOMISER L'EAU

- **J'installe un récupérateur d'eau de pluie.**
- **Je réutilise les eaux usées peu sales au maximum** (plantes).
- **Je bine et j'arrose mon jardin le matin de bonne heure** (l'évaporation est moins forte) => Economie d'eau : 50 %.
- **J'arrose en grande quantité, une seule fois par semaine** (pour que les racines aillent en profondeur).
- **Je paille mon potager et je couvre le sol au pied des plantes et des arbres** (herbe, paille, feuilles, copeaux de bois, etc).
- **Je coupe l'eau quand je me brosse les dents, les mains ou que je me rase.** La consommation d'eau est diminuée de moitié. Laisser couler l'eau consomme 12 litres d'eau à la minute. Utiliser un verre à dent = économiser 10 000 l/an.
- **J'installe des économiseurs d'eau** (économie : 30 à 50%).
- **Je prends une douche rapide plutôt qu'un bain. Elle consomme en moyenne 5 fois moins d'eau qu'un bain.**
- **Je fais la chasse aux fuites d'eau.** Un robinet qui goutte c'est 50 litres d'eau par jour. Et une chasse d'eau qui fuit 500 l/j.
- **J'installe une chasse d'eau à double flux dans mes toilettes ou je place une bouteille pleine de sable ou une brique dans le réservoir de la chasse** (=> 1 à 2 litres économisés).

### ECONOMISER L'ÉNERGIE À LA MAISON

- **Je ne laisse pas mes appareils électriques en veille. J'utilise toujours des multiprises avec interrupteur. Je débranche les chargeurs,** qui, même non reliés à un appareil, continuent de consommer de l'électricité.
- **Je favorise l'éclairage par la lumière naturelle** (fenêtres).
- **J'éteins toujours la lumière dans les pièces inoccupées.**
- **J'adapte mon chauffage** : 19-20°C dans les pièces à vivre. 1°C de moins = 7% de consommation en moins.
- **Je pense à mettre un pull avant d'augmenter le chauffage.** Je baisse le thermostat la nuit et lorsque je m'absente. Je coupe tous les radiateurs lorsque j'aère la pièce.
- **Je pense à mettre un couvercle pour faire bouillir de l'eau.**
- **Je choisis des appareils avec une Etiquette énergie A ou B.**
- **Je place mon réfrigérateur loin d'une source de chaleur.**
- **Je dégivre régulièrement mon réfrigérateur et congélateur.**
- **Je ne fais fonctionner mon lave-vaisselle que lorsque la machine est remplie et je choisis un programme court ou économique.** Cycle 40°C = 3 fois moins d'énergie qu'à 90°C.
- **Pour le linge, je préfère des lavages à basse température** (40°C au lieu de 60°C). **Je fais sécher mon linge au grand air.** Sèche-linge = 15% de la consommation annuelle d'électricité.
- **J'installe des panneaux solaires pour chauffer l'eau de ma maison** (= jusqu'à 50 à 70% des besoins en eau chaude ☺).
- **J'isole mieux ma maison** (= 10 à 50% d'énergie sauvegardée)

### ECONOMISER DANS LES DÉCHETS

- **JE TRIE MES DÉCHETS** (verre, emballages, papier, carton, métal).
- **Je trouve une seconde vie à mes déchets.** Les vêtements, livres, jouets, meubles, etc, peuvent être donnés/réutilisés.
- **Au travail, j'amène ma tasse,** pour éviter d'utiliser un gobelet jetable et **j'évite les produits à usage unique.**
- **Je fabrique mon propre compost,** économique et écolo : 1/3 des déchets qui finissent dans nos poubelles peuvent être compostés : épiluchures, pain, cendres, tonte de gazon...
- **Je dépose à la déchetterie** mes restes de peintures, solvants usagés ou d'huiles usagées plutôt que de les jeter aux égouts
- **Je consomme l'eau du robinet** (100 à 300 fois moins cher que l'eau en bouteille et beaucoup moins polluant...).
- **Je fais une liste avant d'aller faire les courses.**
- **J'utilise un cabat/panier** pour éviter les sacs en plastique.
- **J'achète les produits proposés en grande contenance.**
- **J'achète le plus de produits en vrac ou "à la coupe"** car ils ne présentent pas de suremballage non recyclable.
- **Je choisis des produits concentrés,** en utilise très peu, et je pense aux éco-recharges pour les lessives, le savon liquide...
- **Je choisis des piles rechargeables.** Je dépose les anciennes au recyclage dans les points de collecte prévus à cet effet.
- **Lorsque j'achète un nouvel appareil, je ramène l'ancien.**
- **J'utilise le verso de mes feuilles comme brouillon. Je choisis toujours du papier ou du carton recyclé.**
- **Je ne jette jamais mes médicaments liquides dans l'évier.**

### ECONOMISER DANS LES TRANSPORTS

- **Je privilégie le vélo, la marche à pied, le roller...** (en France 50% des transports réalisés en voiture font moins de 3km...)
- **J'emmène mes enfants à l'école à pied ou en vélo.**
- **Je privilégie les transports en communs** (bus, métro...).
- **Je propose à mes collègues, mes voisins de partager la même voiture** (= frais de déplacements divisés par 2, 3, 4...).
- **Je choisis un véhicule adapté à mes besoins** (4x4 en ville ☹), **qui consomme et pollue peu** (ou je décide de m'en passer...)
- **Je réduis ma vitesse de 10 km/h = 20% de carburant économisé**
- **J'arrête mon moteur** lorsque je stationne plus d'une minute.
- **Au volant j'adopte une conduite apaisée** (économie = 40%).

### PRÉSERVER LA BIODIVERSITÉ ET LA SANTE

- **JE PRIVILÉGIE LES PRODUITS FRAIS, DE SAISON, LOCAUX** (- de 250 km), **ET SI POSSIBLE ISSUS DE L'AGRICULTURE BIOLOGIQUE** (= production sans produits chimiques respectant la nature, l'eau, le sol...).
- **JE N'UTILISE PAS DE PESTICIDES DANS MON JARDIN,** car ces produits sont très nocifs pour l'environnement et pour ma santé.
- **J'utilise la nature pour éliminer les parasites** (coccinelles contre pucerons) **et fertiliser la terre** (vers de terre, compost).
- **Si j'ai un jardin, j'y plante des arbres et arbustes d'espèces variées et locales,** pour le stockage du CO<sub>2</sub> et la biodiversité.
- **Je choisis du bois certifié PEFC ou FSC** pour mon mobilier.