

**A l'occasion du prochain Sommet Mondial du Développement Durable qui aura lieu du 26 Août au 4 Septembre prochain , ADOME et Planètecologie ( l'encyclopédie du développement durable en ligne sur <http://www.planetecologie.org> ) vous offrent ce petit booklet de gestes au quotidien pour les lecteurs des revues et journaux dans lesquelles vous écrivez ..**

Vous pouvez l'utiliser en partie ou en totalité , voir même , y rajouter votre propre logo pour le distribuer dans vos réseaux , à travers un journal ou une revue quelconque ..La seule condition étant de nous prévenir et de mentionner la provenance de ce booklet en insérant la mention ci dessous ..et en gardant les textes faisant référence à notre site web

**A.D.O.M.E**



© ADOME - <http://www.planetecologie.org>  
20 Août 2002

Un certain nombre de textes nous ont été fourni par le Réseau Action Consommation : <http://www.ecoconso.org> et par d'autres partenaires qui ont participé au contenu de la rubrique « Johannesburg » de notre site [www.planetecologie.org](http://www.planetecologie.org) qui sera mise en ligne le 26 Août prochain : Qu'ils en soient également ici remerciés : Ce petit booklet n'a pour ambition que de mettre en valeur cette rubrique de notre site et les divers organismes qui nous ont aidé à la réaliser !



## Accus et chargeurs

A coté des piles jetables, on trouve sur le marché des piles rechargeables ou accumulateurs. Comme pour les piles jetables, certaines contiennent du cadmium mais la possibilité de renouveler de nombreuses fois leur utilisation réduit très fortement les impacts sur l'environnement (à condition de les éliminer convenablement en fin de vie).

### Types d'accus

Les accumulateurs au plomb (pile secondaire) : Il s'agit des batteries de voiture; elles contiennent une dizaine de kilos de plomb.

Les accumulateurs au nickel-cadmium (secondaire-bâton). Ce sont les piles rechargeables. Le cadmium représente +/- 15% du poids de la pile. Ils fournissent une tension de 1,2 V (1,5V dans le cas des piles primaires), mais cela convient pour la plupart des usages domestiques. Lorsque la charge de l'accu faiblit, la production de courant électrique est insuffisante pour le fonctionnement des appareils. Il faut alors recharger l'accu en le plaçant dans un chargeur. A ce moment-là, si l'accu n'est pas complètement vidé, la charge est incomplète et fixe une nouvelle capacité maximale inférieure. C'est ce qu'on appelle l'effet mémoire.

Les accumulateurs nickel-hydrure

Leur puissance énergétique dépasse de 20 à 30% celle des accus à base de cadmium. Ils ne présentent pas d'effet mémoire.

### Utilisations

En principe, les accumulateurs peuvent remplacer les piles classiques cylindriques et conviennent parfaitement aux appareils pourvus d'un moteur (très énergivores): baladeur, radiocassette, jouet téléguidé, ...

Toutefois, ils ne conviennent pas pour certaines utilisations. En effet, ils se déchargent au fil du temps, même non utilisés. Ils ne s'adaptent donc pas aux équipements à usage occasionnel : lampes de poches, détecteurs de fumée, télécommandes,... De plus, leur tension est inférieure à celle des piles (1,2 volt contre 1,5 volt), on les évitera pour les appareils photo, les appareils médicaux, ...

### Coût

L'achat d'accumulateurs et d'un chargeur représente une dépense importante, mais celle-ci sera vite amortie. En effet, les accus, se révèlent très économiques à l'usage (30x moins chers que les piles jetables).

### Conseils

L'utilisation d'accus est déjà une alternative écologique à l'utilisation de piles. Mais n'arrêtons pas nos efforts à ce stade. Parmi les accus choisissons les accus les moins nocifs pour l'environnement: les accus nickel-hydrure. Ils sont certes plus chers que les accus nickel-cadmium mais ils ne contiennent pas de métaux lourds. Leur capacité est supérieure et l'effet mémoire ne se fait pas sentir.

En fin de vie, c'est-à-dire après 400 à 1000 charges, ne les jetons pas à la poubelle mais portons-les à la collecte sélective des petits déchets chimiques afin de les intégrer dans une filière de recyclage.

### Les chargeurs

Il en existe de trois types:

les chargeurs standards: ils chargent les piles en 14 à 16 heures;

les chargeurs rapides: après 4 à 7 heures, les piles sont rechargées;

les chargeurs très rapides: ils font le travail en une heure environ.

Avantages et inconvénients

Les modèles standards fournissent un débit lent, mais constant, que la pile soit vide ou pleine. Ainsi, même si on oublie une pile dans ce type de chargeur, l'appareil ne la fera pas surchauffer, ce qui pourrait l'abîmer et en réduire la durée de vie.

Les chargeurs rapides permettent de réduire d'environ 3 fois le temps de recharge des piles. Il s'agit d'un avantage marqué si, par exemple, il faut charger fréquemment les piles des jouets. Par contre, ces appareils fournissent un débit élevé, les piles peuvent

donc subir une surchauffe diminuant leur durée de vie. Pour contrer ce problème, certains modèles sont munis d'une minuterie qui détermine approximativement le temps nécessaire à la recharge et d'un arrêt automatique.

On trouve aussi des petits chargeurs de deux piles AA qui accomplissent le travail en une heure. Ces appareils très rapides conviennent parfaitement aux appareils énergivores, comme les baladeurs équipés d'un lecteur de cassettes.

*Voir la rubrique « recyclage » dans l'Annuaire des sites web de Planèteécologie (<http://www.planetecologie.org>) ..Attention , avant de pouvoir y accéder , vous devez d'abord passer par la cas « Abonnement » et , bien que ce soit gratuit , suivre la procédure ad hoc*



### Acheter autrement pour une économie locale et solidaire

Les actes d'achat nous donnent l'occasion de réaliser des actions concrètes de solidarité et de respect de la nature. Complémentaires de l'action politique et citoyenne, ils permettent de soutenir les alternatives économiques qui ne pourront se maintenir, grandir et se développer (et notamment les réseaux de distribution) que si leur chiffre d'affaires le permet. Ils donnent aussi valeur d'exemple et d'incitation aux acteurs classiques de l'économie.

Il existe quelques guides et annuaires qui permettent d'identifier les adresses locales. En tout état de cause, il est important de prendre contact et d'instaurer une relation la plus directe possible avec le producteur (ou le revendeur), en s'informant sur ses principes, méthodes et produits.

#### Acheter autrement

Se méfier des prix trop bas et rechercher les prix justes. Acheter à bas prix, ce n'est pas forcément acheter « malin » et « pas plus cher que cela ne vaut », mais c'est souvent aussi financer de la pollution (en amont : mode de production, ou en aval : déchets), des conditions de travail déplorables, le travail des enfants, la fermeture d'entreprises. etc. Sans parler des dépenses publicitaires des marques et de la distribution (le budget pub de Nestlé est supérieur au budget de fonctionnement de l'OMS - Organisation mondiale de la santé). En grande distribution, les prix ne sont souvent pas inférieurs, hormis ceux des produits d'appel.

Privilégier les achats de proximité, la vente directe et les circuits courts (petits trajets des producteurs locaux contre transport intensif (avion, bateau et camion) pour les produits de la grande distribution)

Acheter en priorité des produits en vrac, plutôt que des produits sur-emballés. La production d'1 kg d'acier ou de verre entraîne le rejet de 500 g à 1 kg de gaz à effet de serre ; 1 kg d'aluminium, 3 à 5 kg de gaz à effet de serre.

Donner la priorité aux produits à usages multiples, réutilisables, recyclables et recyclés au détriment des produits jetables. Le papier recyclé utilise 5 fois moins d'énergie que

du papier neuf pour être fabriqué. L'utiliser en recto-verso ou le réutiliser en brouillon multipliera encore les économies réalisées.

Accorder davantage de place à la consommation de végétaux et céréales par rapport à la viande. Produire 1 kg de bœuf entraîne entre 50 et 100 fois plus de rejets de gaz à effet de serre que la production d'1 kg de blé.

Questionner les commerçants, rechercher les relations de confiance qui ne nécessitent pas toujours un label.

Privilégier les produits issus de l'agriculture biologique, dont le mode de production proscrit l'utilisation de substances chimiques

Acheter les produits du commerce équitable pour les produits importés des pays du Sud (thé, café, quinoa, objets de décoration, etc.)

Pour les produits issus de productions industrielles, rester vigilant sur la composition des aliments, lire attentivement les étiquettes (OGM, etc.)

Eviter les plats préparés et produits composés, les produits « light » à l'aspartam (dangers pour la santé et production par les transnationales de l'agroalimentaire)

Privilégier les produits durables plutôt que des produits peu chers, qui devront vite être remplacés

Eviter les dispositifs promotionnels qui poussent à acheter plus que nécessaire et à prendre des engagements (promotions sur la quantité et le prix, cadeaux, crédit à la consommation, cartes de crédit de marques, cartes de fidélité)

Eviter les emballages excessifs et suremballages (qui devront être éliminés ou recyclés) si fréquents en grande distribution, les réutiliser quand c'est possible (sacs, boîtes, bouteilles), faire ses courses avec un panier ou des sacs déjà utilisés.

Choisir les instituts bancaires et les formules de placements alternatifs

Voyager autrement, sans rechercher nécessairement la destination la plus lointaine et la plus exotique, privilégier la découverte et la rencontre avec les habitants du pays, en respectant la nature, etc.

Favoriser les structures indépendantes (cinémas, librairies, etc.)

Acheter les graines pour son jardin chez les petits semenciers, défendant ainsi le droit des petits producteurs à produire et commercialiser leurs semences (droit menacé par les compagnies transnationales, au Nord comme au Sud)

*Voir les rubriques « Economie sociale – Economie solidaire » dans l'Annuaire des sites web de Planèteécologie ( <http://www.planetecologie.org> ) ..Attention , avant de pouvoir y accéder , vous devez d'abord passer par la cas « Abonnement » et , bien que ce soit gratuit , suivre la procédure ad hoc*



## Air

Evitez de prendre la voiture pour les courts trajets. Un déplacement sur quatre est inférieur à un kilomètre et le premier kilomètre pollue quatre fois plus que les autres.

Faites attention au réglage de votre voiture. Une automobile bien réglée et qui ne cale pas, c'est 20% de pollution en moins et 10% de carburant économisé.

Levez le pied : une augmentation de vitesse de 10km/h peut entraîner jusqu'à 10% de consommation supplémentaire de carburant.

Evitez de brûler des déchets domestiques dans votre cheminée. Ils peuvent dégager des polluants toxiques et dangereux pour la santé.

### **A la maison**

Chauffe-eau, cheminées et poêles dégagent du monoxyde de carbone, un gaz extrêmement toxique. La solution est simple : faites vérifier régulièrement vos appareils de chauffage.

Pour un air pur, adoptez des plantes vertes : les feuilles absorbent les toxiques contenus dans l'atmosphère de la maison, puis les enzymes de la plante les inactivent. Les plantes les plus efficaces : caoutchouc, lierre, chlorophytum, ficus.

### **Toxiques**

Contre les Toxiques : Choisissez les Plantes Dépolluantes.

Les chercheurs de la NASA l'affirment: pour épurer l'air de la maison, rien ne vaut les plantes vertes dont certaines absorbent les composés organiques volatils et les gaz polluants. Espèces préconisées par les chercheurs: Philodendron "oreille d'éléphant" et "Aloès Vera" pour absorber le formaldéhyde, Lière du diable ou Langue de belle-mère pour le monoxyde de carbone et le benzène, Chlorophytum pour le monoxyde de carbone, Agaonema (benzène et toluène), Spathiphyllum pour le trichloréthylène, Lière commun encore pour le benzène.

Recommandation des scientifiques: une plante tous les dix mètres carrés suffit à maintenir un air sain dans la maison. Sachez également que des pots contenant des filtres à charbons actifs renforçant l'absorption sont actuellement à l'étude au Stennis Space Center et devraient être commercialisés, dans un premier temps, aux Etats-Unis et au Canada.

*Voir les rubriques « Air » dans l'Annuaire des sites web de Planètecologie (<http://www.planetecologie.org>) ..Attention , avant de pouvoir y accéder , vous devez d'abord passer par la cas « Abonnement » et , bien que ce soit gratuit , suivre la procédure ad hoc*



## Alimentation

Au-delà de la meilleure qualité nutritive et gustative de ces aliments, manger bio c'est aussi, et peut-être avant tout, soutenir un mode de production agricole soucieux et respectueux des cycles naturels. Un label - le logo AB - garantit des produits contrôlés et certifiés par des organismes indépendants. Ils vérifient la bonne application du cahier des charges, soucieux des modes de production et du bien-être animal.

Pour connaître la liste des producteurs bio et des marchés bio de votre région, contacter la FNAB qui fédère les groupements régionaux d'agrobiologistes (GRAB et GAB) :

FNAB (Fédération d'agriculture biologique des régions de France)  
40 rue de Malte - 75011 Paris - T : 01 43 38 38 69 - [fnab@fnab.org](mailto:fnab@fnab.org)

Vous trouverez aussi dans les guides édités, et en vous renseignant localement, les boutiques et magasins distribuant des produits bio dans votre région. Il existe en France un réseau principal de magasins coopératifs de produits biologiques et éco-produits :

Réseau Biocoop

22 cours Gambetta - 65000 Tarbes - T : 05 62 34 10 37 - [infobio@biocoop.fr](mailto:infobio@biocoop.fr)

Vous pouvez également vous abonner et recevoir **chaque semaine un panier de légumes biologiques issus des Jardins collectifs à vocation d'insertion sociale du Réseau Cocagne.**

Réseau Cocagne

2, Grande Rue - 25220 Chalezeule - Tél. 03 81 21 21 10 - [rc@reseaucocagne.asso.fr](mailto:rc@reseaucocagne.asso.fr)

Par ailleurs, il existe souvent, dans chaque département, **une association « Produits et terroirs », association de producteurs agricoles locaux**, visant à favoriser la rencontre entre les consommateurs et les lieux de production.

(Les modes de production peuvent varier d'une ferme à l'autre. Il convient donc de se renseigner sur la démarche et les méthodes de chaque producteur.)

### **Cafés et restaurants alternatifs**

Cafés et restaurants bio, végétariens, associatifs et/ou d'insertion, etc. : vous les trouverez certainement dans les guides édités, et en vous renseignant localement.

### **Restauration collective**

Pourquoi de pas demander à l'école de votre enfant et à votre restaurant d'entreprise de vous proposer des produits bio ou issus d'une agriculture durable ?

Quelques associations travaillent sur le sujet :

Alliance paysans - écologistes - consommateurs

Cette association mène une action en faveur des Cantines Bio.

40 rue de Malte - 75011 Paris - T : 01.43.38.06.28 - F : 01.43.38.06.87 -  
:alliance@globenet.org

CIVAM du Gard

Aide localement collectivités et fournisseurs à mettre en place une logistique d'approvisionnement bio.

Domaine de Puechlong - 30610 Saint-Nazaire des Gardies - T : 04 66 77 11 12

Cohérence (pour un développement durable)

A édité un dossier d'information « Bien manger en restauration collective » (fiche n°6)

2, rue Clairambault - 56100 Lorient - T : 02 97 84 98 18 -  
[association.coherece@libertysurf.fr](mailto:association.coherece@libertysurf.fr)

*Voir les rubriques « Alimentation » dans l'Annuaire des sites web de Planèteécologie (<http://www.planetecologie.org>) ..Attention , avant de pouvoir y accéder , vous devez d'abord passer par la cas « Abonnement » et , bien que ce soit gratuit , suivre la procédure ad hoc*



## Animaux en Voie de Disparition

N'achetez jamais d'ivoire, les éléphants d'Afrique sont en voie de disparition. Renseignez-vous avant d'acheter une fourrure : passe pour le lapin, pas pour le renard argenté ou la panthère !

Animaux dans les villes :

Eduquez vos animaux de compagnie à la propreté : faites de grâce connaître le caniveau à votre chien.

Animaux du Jardin :

Si vous tenez à la visite des oiseaux dans votre jardin, bannissez le jardin à la française. Ils ont besoin de plantes sauvages, de flaques pour se baigner, d'endroits pour faire leurs nids, ou pour être simplement à l'abri.

*Voir les rubriques « Aniamux ( Droit des )» dans l'Annuaire des sites web de Planèteécologie (<http://www.planetecologie.org>) ..Attention , avant de pouvoir y accéder , vous devez d'abord passer par la cas « Abonnement » et , bien que ce soit gratuit , suivre la procédure ad hoc*



## Bioconstruction

Votre habitat doit répondre à vos besoins... à un prix abordable ! La bioconstruction se préoccupe de l'impact du bâtiment sur votre bien-être et votre santé. Elle propose des matériaux non toxiques et de bonne qualité technique. Vos murs vous accompagneront toute votre vie, autant qu'ils soient sains !

Votre habitat s'inscrit dans un environnement naturel et bâti. L'écoconstruction vise une intégration harmonieuse, mais aussi à économiser les ressources naturelles, à

minimiser la production de déchets de construction, à éviter de polluer l'air, l'eau et le sol, à limiter les nuisances pour les riverains, etc.

Le bois : exotique ou indigène, mais pas n'importe lequel !

Le bois est un matériau abondant et renouvelable... à condition que les forêts soient gérées durablement pour préserver leur diversité biologique, leur productivité et leur capacité de régénération. On peut, par exemple, acheter des bois portant le label "Forest Stewardship Council" (FSC) qui garantit le respect de tels critères.

### **Peintures propres pour un environnement propre !**

Les peintures ne couvrent pas que vos murs. Leurs résidus toxiques contaminent aussi l'air, l'eau et le sol. Ainsi, quoi de plus "naturel" que d'opter pour des peintures sans solvants nocifs, sans métaux lourds, sans liants synthétiques...

### **Essayez les enduits à l'argile !**

Il n'y a pas que le plâtre qui fait l'enduit. L'argile s'adapte à toutes sortes de supports et crée une ambiance saine et chaleureuse.

*Voir les rubriques « Bioconstruction » dans l'Annuaire des sites web de Planèteécologie (<http://www.planetecologie.org>) ..Attention , avant de pouvoir y accéder , vous devez d'abord passer par la case « Abonnement » et , bien que ce soit gratuit , suivre la procédure ad hoc*



### **Banque et épargne**

Les banques sont, de par leur position de gestionnaire officiel de l'argent, des opérateurs incontournables des « marchés financiers » ; des acteurs économiques essentiels qui, par le choix des prêts qu'elles financent, ou par le fait d'être actionnaire de telle ou telle société, détiennent un énorme pouvoir sur l'entreprise humaine et son orientation sociale, économique, écologique ; des acteurs du système de la Dette du Tiers Monde

En France, certains établissements bancaires ou d'assurances proposent des produits de placements dits éthiques, pour répondre à la demande d'une certaine clientèle qui a le souci de donner un sens à son épargne. Les formes de placements sont très variées : livret, codevi, FCP, comptes à termes, OPCVM, assurance-vie, capital risque.

La rentabilité attendue de tels produits et les risques éventuels sont également très divers. Il y a lieu de s'informer également sur l'existence et le sérieux de labels éthiques dont ils se prévalent, et sur la façon dont la conformité de l'utilisation des fonds aux objectifs annoncés est contrôlée. On peut aussi se demander ce que vaut la démarche consistant à vendre ici un produit se réclamant de l'éthique, de la solidarité, et là des produits qui en sont dénués ?

Il n'existe pas encore en France de banque véritablement alternative, c'est à dire : dont toute l'activité financière soit conditionnée en priorité par des choix éthiques et qui

permettrait que l'encours des finances des ménages contribue non pas à la spéculation et à l'économie du profit maximum, mais à une finance socialement responsable. A nous de contribuer à sa création !

#### Quelques pistes :

La NEF est une société financière qui soutient des projets concernant l'insertion sociale, le relogement de personnes en difficultés, la création d'emploi, l'écologie, les énergies renouvelables, le commerce équitable, l'agriculture et l'alimentation biologiques, etc.. . La transparence comptable est la règle, et la liste des prêts est publiée.

Le label FINANSOL est attribué à la plupart de ses produits. Son capital, apporté par quelques 5000 sociétaires, ne lui permet pas d'obtenir le statut de banque (30 millions de francs sur les 45 nécessaires). Elle peut en revanche gérer des comptes à terme éthiques classés par domaine et d'une durée supérieure ou égale à 2 ans.

La souscription minimum de 3 parts sociales (soit 90 Euros) est le droit d'entrée et donne une voix aux assemblées générales (un sociétaire, une voix).

Afin de pouvoir gérer des dépôts à court terme, la NEF s'est associée avec la banque du Crédit Coopératif pour offrir par son intermédiaire des services bancaires classiques : compte courant NEF (avec chéquier et carte bleue), livret NEF, un PEP NEF (Plan d'épargne populaire)

La Nef - 114 bd du 11 novembre 1918 - 69626 Villeurbanne cedex - T : 0 811 90 11 90

<http://www.lanef.com>

Une banque un peu différente : historiquement la Banque du Crédit Coopératif (BFCC) est la banque des coopératives, des SCOP, des comités d'entreprise et des mutuelles, donc naturellement orientée vers l'économie locale et coopérative. Elle a ouvert récemment ses services aux particuliers. Outre le partenariat avec la NEF et la Caisse Solidaire Nord-Pas-De-Calais, qui dénote une orientation différente, elle offre des possibilités de livrets d'épargne éthique. A la différence d'autres banques mutualistes comme le Crédit Mutuel ou la Caisse d'Epargne, elle n'a pas d'implantations dans les paradis fiscaux.

*Voir les rubriques « Assurance - Banque - Finance » dans l'Annuaire des sites web de Planèteécologie (<http://www.planetecologie.org>) ..Attention , avant de pouvoir y accéder , vous devez d'abord passer par la cas « Abonnement » et , bien que ce soit gratuit , suivre la procédure ad hoc*



## Biodiversité

La vie est un équilibre entre plusieurs espèces de plantes et d'animaux ..Lorsqu'une espèce disparaît , c'est l'ensemble des autres êtres vivants qui en est affecté ..Le WWF annonce que plus de 30% des ressources naturelles ont disparu en moins de 30 ans !

### Au jardin

N'utilisez pas de traitements totaux qui associent insecticides et fongicides. Ils ne répondent à aucun diagnostic précis, tuent tout sur leur passage et favorisent surnoisement la résistance de nombreux nuisibles.

Utilisez les pesticides et herbicides biologiques, mais toujours avec parcimonie et précautions.

Si vous devez traiter votre jardin (engrais, insecticides, fongicides...), pensez à rincer votre pulvérisateur ou arrosoir et épandez ces résidus sur la zone traitée.

Pensez à déposer vos pesticides périmés dans la déchetterie apte à recevoir ces déchets ménagers spéciaux et dangereux.

Pour lutter naturellement contre les mauvaises herbes : binez régulièrement votre terrain, arrachez ces indésirables à la main avant qu'elles ne grainent.

Pour éviter la prolifération des mauvaises herbes, augmentez la hauteur de coupe de votre tondeuse.

Pour lutter naturellement contre les champignons et parasites mettez tout simplement un filet anti-insectes sur vos fruits et légumes ; faites une visite régulière de votre jardin pour enlever à la main les premiers ravageurs (cocons et œufs de chenilles, pucerons ...).

En promenade, en pique-nique, dans les squares...

Si vous pratiquez le VTT, n'empruntez pas de chemins inférieurs à 2,5 m de large ; d'autres sentiers seraient très vite agrandis.

Lors de vos balades en VTT, contrôlez votre vitesse pour ne pas effrayer les promeneurs ou les animaux que vous rencontrerez.

Laissez la nature en l'état : pas d'essai artistique sur l'écorce des arbres, pas de bouquets de fleurs sauvages. Laissez la nature telle que vous l'admirez.

Restez sur les chemins balisés pour ne rien abîmer et ne pas déranger les animaux.

Veillez toujours emporter vos détritits lors de vos balades dans la nature. Certains, comme le verre, peuvent être à l'origine de feux de forêts. D'autres, comme les piles au mercure, les huiles de moteurs, polluent durablement les eaux et les sols. Tous dégradent l'environnement.

Attention aux incendies : une cigarette jetée par la portière d'une voiture est tout aussi dangereuse qu'un réchaud à gaz ou un barbecue.

Un mégot a une durée de vie moyenne de 6 mois. Si vous êtes fumeur, pensez-y et investissez dans un cendrier de poche.

Ne gravez pas l'écorce des arbres : des parasites peuvent y pénétrer.

Ne laissez pas votre chien s'oublier au pied d'un arbre : l'urine brûle les racines des jeunes plants.

*Voir les rubriques « Biodiversité – Diversité biologique » dans l'Annuaire des sites web de Planèteécologie ( <http://www.planetecologie.org> ) ..Attention , avant de pouvoir y accéder , vous devez d'abord passer par la cas « Abonnement » et , bien que ce soit gratuit , suivre la procédure ad hoc*



## Bonnes pratiques locales

*Faire partager les fruits de l'expérience des collectivités locales, tirer parti de leurs démarches, repérer les meilleures initiatives, tels sont les buts des bonnes pratiques locales identifiées et recensées depuis 1998 par Arthur Andersen (Les bonnes pratiques locales ont fait l'objet d'un supplément du Courrier des Maires et des Elus Locaux en 1999 et 2000), qui prolonge l'opération grâce au partenariat avec le Carrefour des Collectivités locales.*  
[http://www.carrefourlocal.org/experiences\\_locales/bonnes\\_pratiques/](http://www.carrefourlocal.org/experiences_locales/bonnes_pratiques/)

Action sociale et santé - Action culturelle, tourisme et sport - Aménagement du territoire et outre-mer - Commande publique - Démocratie locale - Emploi - Enseignement et formation professionnelle - Environnement - Gestion financière - Fonction publique territoriale - Infrastructure et transports - Intercommunalité - Interventions économiques et développement local - Nouvelles technologies - Sécurité civile - Police municipale - Services publics locaux - Urbanisme et logement

*Voir la rubrique « Agenda 21 local » dans l'Annuaire des sites web de Planèteécologie ( <http://www.planetecologie.org> ) ..Attention , avant de pouvoir y accéder , vous devez d'abord passer par la cas « Abonnement » et , bien que ce soit gratuit , suivre la procédure ad hoc*

*Voir également la rubrique « Collectivités locales » de Planèteécologie*



## Bruit

Eloignez les appareils sonores (hi-fi, télévision, etc.) des cloisons et murs mitoyens.

Au moment d'acheter une tondeuse ou un aspirateur, préférez les articles conformes aux normes bruits NF.

Pensez à faire régler le pot d'échappement de votre voiture par un professionnel.

Restez courtois au volant et n'abusez pas de votre avertisseur sonore.

Télévision ou chaîne hifi sont réservées à votre usage personnel : n'en faites pas profiter vos voisins, réduisez le volume.

Bricolez et jardinez à des heures acceptables par tous.

Robinets qui goutte, grincements de porte, bruit d'aspirateur... prenez soin de réparer vos équipements et choisissez des appareils ménagers silencieux.

Ne claquez pas les portes et descendez les escaliers en silence.

Quelle que soit l'heure de la journée, vous devez adopter un volume sonore qui ne dérange pas vos voisins. Le tapage, de jour comme de nuit, est passible d'une amende de 900 F...

Aucune autorisation ne peut être accordée par le commissariat ou la gendarmerie pour organiser une soirée bruyante. Avertissez vos voisins et évitez de les gêner.

Si vous êtes un adepte du baladeur, sachez profiter de votre musique favorite sans endommager irrémédiablement votre ouïe : réduisez le volume.

Contre les bruits de tuyauteries, adoptez les colliers de fixation antivibratoires : ce n'est pas cher et cela rapporte de l'or... pardon, du silence.

Détartrez régulièrement robinets et chasses d'eau, à l'aide par exemple d'un pinceau trempé dans du vinaigre : fuites et grincements disparaîtront aussitôt.

*Voir la rubrique « Bruit » dans l'Annuaire des sites web de Planèteécologie ( <http://www.planetecologie.org> ) ..Attention , avant de pouvoir y accéder , vous devez d'abord passer par la cas « Abonnement » et , bien que ce soit gratuit , suivre la procédure ad hoc*



## Commerce équitable

Les principes du commerce équitable consistent à travailler avec des groupes de producteurs défavorisés dans les pays du Sud, sur une base de relation durable ; payer un prix juste ; défendre les droits de l'homme au travail, préserver l'environnement et l'identité culturelle, fournir des produits de qualité, développer des liens entre producteurs et consommateurs. Il s'agit d'une relation d'échange équitable qui dépasse largement les notions de charité, d'aide et d'assistance. Les acteurs du commerce équitable vendent des produits artisanaux mais aussi des produits alimentaires pour le quotidien. On peut donc régulièrement s'approvisionner auprès de ces acteurs en café, thé, cacao, chocolat, müsli, biscuits, quinoa (Bolivie), maftoul (Palestine), confitures et jus de fruits de produits exotiques.

Face à la mondialisation et à la toute puissance des grandes compagnies, émerge un nouveau type de consommation basé sur l'équité et la solidarité. Il n'est plus ici question de faire travailler les populations des pays du sud pour une paye de misère et encore moins d'exploiter les enfants. Le commerce équitable donne au contraire la

priorité aux petits agriculteurs et aux artisans les plus défavorisés en soutenant de surcroît leurs projets de développement.

Il existe plus d'une centaine de points de vente en France.

Vous en trouverez la liste sur le site de la PFCE (plate-forme du commerce équitable) : [www.commerceequitable.org](http://www.commerceequitable.org)

*Voir la rubrique « Commerce équitable » dans l'Annuaire des sites web de Planèteécologie ( <http://www.planetecologie.org> ) ..Attention , avant de pouvoir y accéder , vous devez d'abord passer par la cas « Abonnement » et , bien que ce soit gratuit , suivre la procédure ad hoc*



## Colles Naturelles

A écarter: les colles universelles à base de solvants ainsi que les colles Néoprène et les cyanocrylates: toutes dangereuses pour la santé et l'environnement Préférez-leur les colles naturelles: Bioa ou Auro.

*Voir la rubrique « Produits respectueux de l'environnement , Produits verts » dans l'Annuaire des sites web de Planèteécologie ( <http://www.planetecologie.org> ) ..Attention , avant de pouvoir y accéder , vous devez d'abord passer par la cas « Abonnement » et , bien que ce soit gratuit , suivre la procédure ad hoc*



## Climatisation

La période de grosse chaleur est bien installée et les habitations mal ventilées se transforment vite en four.... Si rêvez à la clim, attention, votre facture EDF pourrait bien flamber de 30% !

La période de grosse chaleur est bien installée sur notre région et les habitations mal ventilées se transforment très vite en four. Faut-il climatiser ?

La nuit vous ne savez plus où dormir, vous vous battez à la fois contre les moustiques et la chaleur. Et vous rêvez sans cesse à la clim .... D'accord, mais attention, si vous n'y prenez garde, votre facture EDF pourrait bien flamber de 30% !

L'air conditionné est une merveilleuse évolution à condition d'être utilisé à bon escient. En effet, que d'électricité gaspillée, que d'argent jeté par les fenêtres quand on climatise n'importe comment ! En la matière, mieux vaut prendre son temps, différer quelque peu son investissement et faire vraiment le bon choix.

### **Que vais-je climatiser ?**

Votre maison ou votre appartement est récent et bien isolé ? Pas de problème, vous pouvez installer un système d'air conditionné facilement. Il vous faudra seulement

veiller à bien isoler les portes et fenêtres de manière à éviter toute fuite d'air frais.

A contrario, vous vivez dans une maison ancienne, sans isolation ? Climatiser s'avère alors risqué. La forte chaleur émanant de la toiture obligera votre climatiseur à tourner sans arrêt, l'air frais si difficilement obtenu profitera ensuite des moindres interstices pour rejoindre l'extérieur et, au final, votre porte-monnaie prendra un sérieux coup. Une pièce mal isolée et un climatiseur bas de gamme peuvent vous coûter cher : certains paient 1000 Frs par mois pour une fraîcheur toute relative !

### **Quel appareil choisir ?**

Monobloc à bas prix ou système Split plus onéreux, tel pourrait être le dilemme ! Dans le premier cas, vous optez pour un investissement relativement faible dans l'immédiat (à partir de 1500Frs) mais très gourmand sur le long terme et pas forcément très efficace. Quant au second, il nécessite certes, un apport financier plus lourd (de 2500 à 3000Frs) mais, au bout du compte, il vous permettra de réaliser de belles économies. Un conseil, avant de faire votre choix, réfléchissez au coût global de l'installation. En investissant un peu plus au départ, vous vous y retrouverez largement au niveau de votre facture d'électricité ! Et en surveillant bien les promotions, souvent de rigueur en cette période de chaleur, vous pourrez peut-être en plus toucher un climatiseur à débit d'air variable à un prix intéressant !

### **J'adopte des gestes économes**

On ne le dira jamais assez, le XXIème siècle sera celui des économies. Economies d'eau, d'électricité, d'essence... Pourquoi ? Tout simplement parce que ces ressources ne sont pas inépuisables et qu'elles manquent à bien des gens. Et que, croissance démographique oblige, elles se feront sans cesse plus rares à l'avenir. L'économie se doit donc de devenir une attitude quotidienne dans nos maisons et nos entreprises. Et en matière de climatisation, il y a fort à faire. Tout d'abord, il faut penser à toujours fermer portes et fenêtres quand on allume la clim (cela paraît logique mais tout le monde ne le fait pas), à bien nettoyer les filtres et à entretenir régulièrement son matériel. Ensuite, il faut apprendre à climatiser intelligent. C'est à dire à ne pas régler le thermostat sur 18° alors qu'il fait 30 dehors ! Non, une climatisation se règle à 4 ou 5 degrés en dessous de la température extérieure, jamais plus. Au delà, vous vous exposez non seulement à des rhumes à répétition mais aussi à une facture très lourde !

Climatiser son habitation nécessite donc un minimum de préparation ainsi qu'une bonne gestion au quotidien de cette fraîcheur artificielle. Et vivre dans l'air climatisé ne doit pas devenir une habitude : quand les alizés soufflent fort et que les nuits se font fraîches, profitons-en pour éteindre la clim et réapprendre à dormir bercé par le chant des grenouilles !

*Voir la rubrique « Economies d'énergie » dans l'Annuaire des sites web de Planèteécologie ( <http://www.planetecologie.org> ) ..Attention , avant de pouvoir y accéder , vous devez d'abord passer par la cas « Abonnement » et , bien que ce soit gratuit , suivre la procédure ad hoc*



## Consommation

Poubelle portative : pensez à prendre un sac plastique avant de partir en balade. Vous pourrez y conserver vos déchets en attendant de trouver une poubelle. Patience, il y en a une pas loin...

Les crottes de chiens sur les trottoirs sont désagréables et dangereuses. Apprenez les bonnes manières à votre compagnon : les espaces chiens et les caniveaux sont prévus pour lui. En cas d'accident, munissez-vous d'un petit sachet en papier que vous pourrez jeter dans une poubelle ou conserver pour du compost.

Faites la chasse aux emballages superflus lors de vos achats, c'est autant de déchets en moins.

Privilégiez les matières recyclables lors de vos achats : le verre, l'aluminium et certains plastiques peuvent être recyclés un nombre incalculable de fois avant d'être totalement inutilisables.

Les paniers et autres cabas à provision sont à la mode : pensez à l'emporter pour faire vos courses, vous n'aurez plus besoin des sacs plastiques à durée de vie limitée proposés par les magasins.

N'abusez pas du papier essuie-tout alors qu'un coup d'éponge ou de torchon suffit la plupart du temps.

*Voir les rubriques « Consommation , Consommation ( anti ) , Consommation durable » dans l'Annuaire des sites web de Planèteécologie ( <http://www.planetecologie.org> ) ..Attention , avant de pouvoir y accéder , vous devez d'abord passer par la cas « Abonnement » et , bien que ce soit gratuit , suivre la procédure ad hoc*



## Coopération

16 jeux - 6 mallettes pédagogiques : Relations Nord-Sud - Développement économique et social - Droits de l'Homme - Droits des peuples - Environnement - Paix - Santé - Education - Culture

Collectif Auvergne pour un Monde Solidaire  
Local du Mazet - 11, rue des deux Marchés  
63000 Clermont-Ferrand

**Tél. : 04 73 91 47 51 - Fax : 04 73 14 04 23**

Le CLUB 2/3 , organisme d'éducation et de coopération internationale, organise la huitième édition de son Concours international de jouets fabriqués à partir de matériaux récupérés. Les jeunes du Népal, des Philippines, du Burkina Faso, du Cameroun, du Sénégal, de la Bolivie, du Pérou, du Salvador, de Haïti, du Canada et bien d'autres pays sont invités à retrousser leurs manches

*Voir les rubriques «Coopération , Coopération décentralisée , Coopération Nord Sud » dans l'Annuaire des sites web de Planèteécologie ( <http://www.planetecologie.org> ) ..Attention , avant de pouvoir y accéder , vous devez d'abord passer par la cas « Abonnement » et , bien que ce soit gratuit , suivre la procédure ad hoc*



## Déchets – Tri - Recyclage

Recyclez vos déchets. Avec une bouteille de plastique, on peut fabriquer sept cartes téléphoniques.

Economisez le papier, en réutilisant par exemple les feuilles utilisées comme brouillons.

Ne jetez pas vos piles usagés à la poubelle. Des bacs spéciaux sont à la disposition de tous dans les points de vente des piles et batteries.

Un régime pour la poubelle

Trier ses déchets

Goûter sans déchets !

Recyclage des Déchets

Broyeur à déchets

Sacs jetables

Recyclage

Déchets dangereux

Préférons les produits non emballés ou emballés une seule fois

<http://www.ecoconso.org>

Le moins d'emballage possible

Le compost

Trier les plastiques

Les petits déchets chimiques

Les parcs à conteneurs

Que penser des emballages en aluminium?

Que peut-on composter?

### **1 Un régime pour la poubelle**

Depuis 1950, le contenu de notre poubelle a bien changé : les déchets organiques (épluchures, restes de repas...) ont laissé la place aux emballages qui représentent, à eux seuls, la moitié du volume de nos ordures.

Pour jeter moins ou jeter utile, voici quelques conseils pratiques :

Adoptez le tri sélectif (verre, papier/carton, métal...) et déposez vos déchets dans les conteneurs prévus à cet effet.

17 milliards de sacs plastiques sont distribués par les hypermarchés chaque année. Investissez dans un sac plus solide et réutilisez-le.

Évitez le gaspillage du papier en écrivant des deux côtés d'une feuille.

Choisissez des produits avec le minimum d'emballages.

Donnez les vieux vêtements et les jouets à des enfants plus jeunes ou à des œuvres de charité.

Apportez vos déchets toxiques (piles, médicaments, batteries...) dans les déchetteries ou chez les spécialistes.

## **2 Trier ses déchets**

Les déchets triés peuvent entamer une seconde vie après le recyclage ! En effet, au lieu de mourir dans une décharge, ils peuvent être transformés et réintroduits sur le marché sous une autre forme. Les bouteilles en verre donnent naissance à de nouvelles bouteilles, les journaux et magazines réapparaissent sous forme de papier recyclé, les métaux sont refondus ou transformés... Alors, plutôt que de couper chaque année des milliers d'hectares de forêts pour fabriquer du papier, trions nos vieux journaux et fabriquons du papier ! Aujourd'hui, les solutions existent, il ne faut pas dire qu'il n'y a rien à faire, au contraire, il faut agir.

Comment trier ?

Si votre commune possède des conteneurs de tri sélectif, à vous de jouer !

Au quotidien, vous devrez vous organiser un peu, mais, très vite, vous verrez que ces gestes deviendront habituels et plus simples. Commencez donc par trier le verre. Prenez un grand carton ou une corbeille en plastique et déposez-y au fur et à mesure de votre consommation, chaque bouteille vide. Une fois par semaine, déposez l'ensemble de vos bouteilles au conteneur le plus proche de chez vous. N'attendez pas d'être dépassés pour aller jeter vos déchets, cela vous découragerait ! Mieux vaut y aller souvent avec peu de choses ! Une fois que cette habitude sera prise pour le verre, faites de même pour les autres déchets recyclables : les plastiques, les canettes, les cartons d'emballage, les barquettes ... Ce n'est pas sorcier, vous verrez !

## **3 Goûter sans déchets !**

Habituons nos enfants à utiliser une gourde et une boîte à tartines

Les cantines d'antan ont disparu. Aux pratiques collectives se sont substitués les « dix heures » emmenés dans le cartable. Ce faisant, des montagnes de petites briques de jus, de canettes de limonade, de « papiers » alu ou plastique se sont élevées. Dernier développement : les lunchs constitués de petites portions de fromages, de jambon et de biscuits, le tout composé de graisse et d'additifs, dans un volumineux emballage !

Les collations scolaires offrent pourtant aux parents l'opportunité de sensibiliser leurs enfants à des choix de consommation plus responsables. C'est l'occasion de changer de comportement et de contribuer notablement à la prévention en matière de déchets et

à la santé de son enfant. Boîte à tartines, bouteille en plastique réutilisable ou gourde, permettent de transporter hygiéniquement et en produisant moins de déchets, les encas des écoliers.

#### **4 Recyclage des Déchets**

J'utilise le plus souvent possible du papier recyclé pour la cuisine, le bureau et les toilettes. Autant que possible j'essuie à l'aide d'une éponge et d'un torchon plutôt qu'avec du papier essuie-tout.

Je récupère les matières telles que le verre, l'aluminium, le fer blanc, l'acier, les plastiques et les vieux papiers et les dépose dans les conteneurs spéciaux ou en déchetterie.

Je dépose mes déchets de voiture tels que les batteries, les pneus usagés et les huiles brûlées en déchetterie et dans les points de collecte.

Je rapporte mes vieux médicaments, mes piles usagées au magasin, mes déchets toxiques, néons et ampoules fluorescentes compactes au centre de ramassage des toxiques.

Pour les courses, je prends un cabas et évite ainsi de prendre des sachets plastiques.

#### **5 Broyeur à déchets**

Pour limiter vos déchets alimentaires, pensez au broyeur à déchets qui se place sous votre évier. Vos déchets alimentaires se placent directement dans l'évier et partent avec l'eau du robinet

#### **6 Sacs jetables**

Utilisons des sacs réutilisables, des caddies en toile ou des casiers en plastique rigide pour le transport de nos achats : sus aux sacs jetables!

La vente en libre service, la mise à disposition d'un chariot et la distribution de sacs de caisse gratuits encouragent la consommation de plus de produits. Ces sacs gratuits facilitent la vie et sont souvent réutilisés (notamment sous forme de poubelle) mais ils produisent de nombreux déchets, non repris par la collecte sélective. Plus de 100 millions de ces sacs sont distribués chaque année pour la seule région bruxelloise. Ces déchets peuvent facilement disparaître si nous remplaçons les sacs jetables par une alternative plus durable : un caddy, une caisse, des sacs réutilisables...

#### **7 Recyclage**

Dans votre ville ou votre village, des conteneurs spéciaux ont été installés : verre, plastique, textiles, journaux... sont ainsi collectés pour être valorisés. Pensez à les alimenter.

Votre grenier est encombré d'appareils ménagers hors d'usage ? d'objets ou de vêtements dont vous ne savez que faire ? Contactez les associations de récupération proches de chez vous, elles leur donneront une seconde vie.

Votre pharmacien participe à l'opération Cyclamed ? Rappelez-lui vos médicaments, non utilisés, périmés ou en cours de validité, et les emballages de médicaments. Après un tri, les médicaments utilisables sont remis à des associations humanitaires, le reste est valorisé à des fins énergétiques.

Votre municipalité va prochainement mettre en place la collecte sélective des déchets, à moins qu'elle ne l'ait déjà fait. Veillez à bien respecter les consignes fournies avec les différents bacs poubelles et vous participerez à la qualité du tri sélectif.

Évitez de brûler vos déchets de jardin. Placez-les dans un bac avec vos restes de repas et autres déchets organiques, arrosez et recouvrez de terre. Vous obtiendrez ainsi, au bout de six mois, un excellent engrais naturel.

A l'école, au bureau, chacun consomme beaucoup de papier. Vous pouvez conserver une partie des feuilles utilisées au recto comme papier brouillon, et collecter le surplus pour le déposer dans une déchetterie agréée. Quand ces bonnes habitudes seront prises, attaquez-vous au reste : piles usagées, cartouches d'encre des imprimantes et des photocopieurs, cannettes en aluminium...

## **8 Déchets dangereux**

Les piles usagées sont très toxiques pour notre environnement qui subit durant de longues années les conséquences de cette pollution. Déposez-les chez votre commerçant qui, depuis janvier 2001, a l'obligation de les récupérer, ou dans l'un des conteneurs publics installés par votre municipalité.

Optez pour les piles vertes, sans mercure et sans cadmium, ou mieux, pour les accumulateurs qui peuvent être rechargés plusieurs centaines de fois avant de rendre l'âme.

Les acides de batteries, jetés n'importe où (égouts, évier...) se déversent dans les rivières et provoquent des pollutions durables au plomb. Depuis le 1er juillet 1998, les vieilles batteries doivent obligatoirement être déposées dans un centre agréé.

## **9 Préférons les produits non emballés ou emballés une seule fois**

Exemples d'emballages constitués de plusieurs couches, ou de plusieurs matériaux : le paquet de biscuits, comprenant une barquette plastique, un film aluminium et une boîte carton, les cannettes de limonade maintenues par un film plastique, les tubes de dentifrice contenus dans un blister. On peut acheter ces trois produits en réduisant les déchets d'emballage : biscuits dans un emballage constitué d'une seule couche d'un seul matériau, limonade en emballage de plus grand volume, réutilisable et consigné, dentifrice en flacon ou en tube à poser sur le bouchon, sans suremballage. Ainsi, le choix d'un dentifrice en flacon de 75 ml plutôt qu'un tube de 75 ml contenu dans un blister ou une boîte carton, permet de réduire les déchets de 70 % en poids.

Vente par lot : technique commerciale qui permet d'augmenter les ventes de produit. Elle est parfois utilisée pour des opérations de promotion et s'accompagne alors d'une réduction du prix unitaire. En principe, le consommateur peut dissocier le lot et n'acheter qu'un seul exemplaire du produit.

*Voir les rubriques «Déchets , Recyclage » dans l'Annuaire des sites web de Planèteécologie ( <http://www.planetecologie.org> ) ..Attention , avant de pouvoir y accéder , vous devez d'abord passer par la cas « Abonnement » et , bien que ce soit gratuit , suivre la procédure ad hoc*



## Démocratie locale

Si l'on veut redonner à tous les citoyens le sentiment d'avoir prise sur leur destin , encore faut il que les élus acceptent de redistribuer un peu de ce pouvoir qui leur a été délégué le temps de leur mandat

### Quelques exemples intéressants

Parthenay: Intranet urbain in-Town-Net (2000/2001) - Brest: Expériences de vote électronique (2000/2001) - Boulogne Billancourt : transparence financière et démocratie locale, 1998 - Chilly Mazarin : charte de la communication et de la démocratie locale, 1998 - Le Havre : un plan de communication financière, 1998 - Orvault : des correspondants pour renforcer la démocratie locale, 1998 - Nanterre : organiser des assises de la ville, 1998 - Conseil régional de Bourgogne : apprentissage de la citoyenneté, 1998

*Voir la rubrique «Gouvernance » dans l'Annuaire des sites web de Planèteécologie ( <http://www.planetecologie.org> ) ..Attention , avant de pouvoir y accéder , vous devez d'abord passer par la cas « Abonnement » et , bien que ce soit gratuit , suivre la procédure ad hoc*



## Eau

Tous au quotidien nous pouvons apprendre à protéger l'eau. Pourquoi ? Parce ce que l'eau est la ressource la plus rare au monde ... et la plus menacée.

Sur notre lieu de travail, chez nous, en ville ou à la campagne, nous devons tous être conscient de notre responsabilité et de notre devoir de solidarité. Nos enfants et petits-enfants nous remercieront !

Faites rapidement réparer les robinets qui fuient. Une fuite goutte à goutte, c'est 35.000 litres d'eau gaspillés par an.

Confiez votre huile de vidange à un garagiste, une déchetterie ou un collecteur agréé. Un litre d'huile déversé dans une rivière forme une pellicule de 10.000 mètres carrés, soit l'équivalent d'un terrain de football.

Utilisez des lessives sans phosphates, moins dangereuses pour les rivières.

## **1 Quelques gestes simples**

### Stop à la mousse !

Réduisons la dose de détergent pour laver notre vaisselle ou notre carrelage : ils seront tout aussi propres et nous préserverons la santé des rivières, mers et océans.

### Ne jetons pas tout et n'importe quoi

Les institutions, les associations et même de plus en plus d'entreprises prennent des mesures pour diminuer la pollution et respecter l'environnement. A nous aussi de faire un geste ! Car les déchets que nous abandonnons dans la nature et dans la rue se trouveront tôt ou tard ... dans la mer ....

Important : Ne jetons pas nos huiles de vidange, huiles ménagères, herbicides et autres rejets de produits polluants dans les éviers, toilettes ou rivières ! Cela est interdit ! Nos mairies doivent mettre en place une collecte de ces déchets....

### Stop aux engrais chimiques

Pour éviter que l'eau se charge de nitrates en grosse quantité, évitons les engrais chimiques et préférons-leur des engrais biologiques. Le résultat sera le même !

### Attention aux détergents chimiques !

Un détergent est un agent à action superficielle, employé pour enlever la saleté et/ou la graisse.

Les détergents courants se composent de corps gras et d'acide sulfurique.

Les phosphates dans certains détergents peuvent causer la surfertilisation (ashyxies par une prolifération d'algues) des fleuves et des lacs.

Les détergents qui respectent l'environnement ne contiennent ni phosphates ni décolorants.

## **2 Economisons l'eau**

Gaspillage de l'eau

### a) chez soi

Comme vous le savez, notre planète est en grande partie recouverte d'eau. Les mers et les océans représentent environ 1348 millions de km<sup>3</sup> à travers tout le globe. Cette eau est inégalement répartie, et nous la gaspillons sans cesse au quotidien.

De 20 % à 30% d' eau sont gaspillés à la maison à cause de petits gestes que l'on laisse passer inconsciemment :-En laissant le robinet ouvert, en laissant l'eau couler lors du brossage de dents,etc....

### b) industries

En France seulement, l'industrie prélève chaque année 4.5 milliards de m<sup>3</sup> d'eau, dont 300 millions de m<sup>3</sup> sont consommés. (toute cette eau n'est plus utilisable par la nature.)

Pour produire

- une tonne d'acier, il faut 20 000 litres d'eau.
- une tonne d'aluminium, il faut 1.25 millions de litres d'eau.
- une tonne de papier, il faut 40 000 litres d'eau.
- une tonne de plastique, il faut 2 millions de litres d'eau
- une voiture, il faut 35 000 litres d'eau.
- pour une tonne de médicaments, il nous faut plus de 5 milliards de litres d'eau (ex: l'antibiotique Streptomycine).

En Europe, environ la moitié des eaux des fleuves est utilisée par l'industrie.

Pour les plantes, les animaux et les divers lavages, on prélève 5 milliards de m<sup>3</sup> d'eau, dont 2 sont évaporés par les végétaux.

La plus grande partie de l'eau est utilisée pour l'irrigation, essentiellement pour la culture du maïs

### c) agriculture

Il faut:

- 25 litres d'eau pour produire 1kg de salade
- 1 500 litres d'eau pour 1kg de blé
- 4 500 litres d'eau pour 1kg de riz
- 1 100 litres d'eau pour 1kg de fromage

### **Gestes simples**

1 Bain = 10 douches :

Le saviez-vous ? Un bain vous fera consommer 100 à 200 litres d'eau, contre 10 à 20 litres pour une douche. En plus, ce n'est guère hygiénique de tremper dans sa propre crasse.

Brossage des dents :

Les petits gestes de tous les jours peuvent vous faire économiser 50% de votre consommation d'eau. Par exemple, ne laissez pas couler l'eau du robinet lorsque vous vous lavez.

Toilettes économiques :

Les nouvelles toilettes proposent maintenant une chasse d'eau à double vitesse. Petite vitesse = 2 fois moins d'eau qui partent dans la cuvette. Vous pouvez également mettre une brique ou une bouteille remplie de sable dans le réservoir...

### **3 Usages de l'eau**

Je ne laisse pas couler l'eau pendant que je me brosse les dents, me rase ou me savonne sous la douche 3 mn à robinet ouvert est équivalent à une consommation de 18 litres, soit 12 bouteilles plastiques de 1,5l.

J'installe des économiseurs d'eau (de 25 à 70 F. pièce) sur les robinets, la douche et la chasse d'eau. Pour une famille de 4 personnes, j'économise ainsi jusqu'à 200 l. d'eau par jour, soit 70 m<sup>3</sup> par an, pour un même confort.

Si j'achète une machine à laver, je tiens compte de sa consommation d'eau ; les variations sont considérables selon les modèles : de 70 à 125 l. par cycle pour un lave-linge, de 25 à 40 l. pour un lave-vaisselle.

Luttez contre les fuites ! Un robinet qui goutte gaspille en moyenne 4 litres d'eau par heure...

Il pleut ? Profitez-en pour récupérer les eaux de pluie qui serviront à arroser vos plantes ou à laver voiture, vélo, trottinette...

Tirez la bonne chasse : des chasses d'eau économiques proposent aujourd'hui deux types de débits, adaptés à vos besoins. Pensez-y lorsque vous changez votre équipement sanitaire et en attendant, mettez une brique dans le réservoir de vos toilettes. Vous consommerez beaucoup moins.

Machines à laver le linge ou la vaisselle consomment beaucoup d'eau. A l'achat, veillez à choisir les moins gourmandes. A l'usage, faites-les tourner quand elles sont pleines, si possible en régime éco.

Fermez votre robinet quand vous vous brossez les dents : c'est 15 litres d'eau économisés en 3 minutes. Sous la douche, même combat : coupez l'eau quand vous vous savonnez.

L'eau s'évapore très vite sous la chaleur du soleil. Profitez de la fraîcheur du matin et du soir pour arroser votre jardin, plates-bandes et potagers auront tout le temps de se désaltérer.

Plus besoin de laisser couler l'eau inutilement pour atteindre la température désirée. Il existe des appareils simples qui, fixés au robinet, permettent de maintenir constante la température de l'eau.

Recyclez l'eau : celle utilisée pour laver la salade peut par exemple servir à arroser les plantes...

Les mains se salissent rapidement lorsque l'on prépare un repas, mais il n'est pas obligatoire d'ouvrir le robinet après chaque opération pour les conserver propres : gardez un grand bol d'eau à proximité et vous pourrez rincer vos mains aussi souvent que nécessaire, sans gaspiller d'eau.

#### **4 Eau en ville**

Voici comment préserver l'eau de nos villes.

L'eau qui coule de nos robinets passe par des usines de traitement avant d'être rejetée dans la nature. Pour éviter les pollutions, voici quelques bons réflexes à acquérir !

Ne jetez jamais dans l'évier ou dans les toilettes les produits suivants :

- les restes de désherbants ou d'engrais
  - les médicaments périmés ou entamés (rapportez-les à votre pharmacien)
  - les huiles de vidange, neuves ou usagées
  - les hydrocarbures, essence à détacher, essence de térébenthine, etc ...
  - les fonds de pots de peinture ou de vernis
  - les insecticides domestiques ou les produits pour protéger le bois des insectes
  - les produits contre les animaux nuisibles
- Ces produits sont dangereux pour nous, ils le sont donc aussi pour la nature !  
Regroupez-les et rapportez-les plutôt dans les déchetteries.

## **5 Pollution**

Pour réduire sensiblement votre consommation de produits chimiques, pensez aux trucs de votre grand-mère : détartrez les sanitaires avec du vinaigre blanc, faites reluire les cuivres avec du citron, nettoyez les carreaux avec du papier journal, mélangez lait et citron pour effacer les tâches d'encre, débouchez l'évier avec une ventouse, chassez les mites avec du bois de cèdre...

Les liquides pour la vaisselle ont une efficacité qui ne se mesure pas à la quantité de mousse. Pour une fois, les publicités ont raison d'affirmer que quelques gouttes suffisent.

Huiles de vidange, essence, solvants, détergents... sont dangereux pour l'environnement. Un litre d'huile de moteur usagée jeté directement dans une rivière pollue environ un million de litres d'eau... Ne les jetez jamais dans le lavabo, la cuvette des wc ou les égouts, mais portez ces produits aux déchetteries.

Au jardin, limitez l'usage des désherbants et des pesticides chimiques qui polluent durablement les cours d'eau ou les nappes phréatiques. Choisissez plutôt des solutions naturelles : savez-vous par exemple que les coccinelles se régaleront de vos pucerons ? Voraces, ces petites bêtes dévorent jusqu'à une centaine de pucerons chaque jour...

*Voir la rubrique « Eau » dans l'Annuaire des sites web de Planètecologie (<http://www.planetecologie.org>) ..Attention , avant de pouvoir y accéder , vous devez d'abord passer par la cas « Abonnement » et , bien que ce soit gratuit , suivre la procédure ad hoc*



## **Economie Solidaire**

Solidar'bar est le nom du label qui reliera un **réseau de bars bretons** qui proposent à la vente des produits solidaires et équitables. Situé à la charnière entre économie solidaire et commerce équitable, c'est l'un des nombreux projets lancés par la Scop Kan ar Bed basé à Morlaix en Bretagne. De nouvelles perspectives pour le commerce équitable ?

La Bourse aux financements solidaires se veut le point de rencontre sur Internet des porteurs de projet en attente de financement et des financeurs solidaires : <http://www.mediasol.org>

**Cliquez... donnez... en toute sécurité** - Effectuez un don en toute sécurité à une ou plusieurs des 35 organisations humanitaires et sociales, contrôlées par le Comité de la Charte : <http://www.aidez.org>

Systèmes d'Echanges Locaux ( SELs ) <http://www.selidaire.org/> : Une autre forme de monnaie que l'on ne peut thésauriser

Plus de 150 sites web et initiatives sur l'économie solidaire dans la rubrique de ce même nom , dans l'annuaire des sites web de [www.planetecologie.org](http://www.planetecologie.org)

*Voir la rubrique «Economie solidaire» dans l'Annuaire des sites web de Planètecologie ( <http://www.planetecologie.org> ) ..Attention , avant de pouvoir y accéder , vous devez d'abord passer par la cas « Abonnement » et , bien que ce soit gratuit , suivre la procédure ad hoc*



## Electroménager

J'utilise des casseroles et poêles à fond plat, de même diamètre que les plaques électriques et j'éteins celle-ci quelques minutes avant la fin de la cuisson pour utiliser leur chaleur résiduelle.

J'utilise des couvercles. Je diminue ainsi ma consommation d'énergie de 20 à 30% et je gagne du temps.

Je règle la température de mon chauffe-eau sur 60 degrés plutôt que 80 : j'économise environ 280 kWh/an.

*Voir la rubrique «Au quotidien» dans Planètecologie ( <http://www.planetecologie.org> )*



## Energie

<http://www.ecoconso.org>

Les piles  
Luttons contre l'effet de serre  
Les accus et les chargeurs  
S'éclairer sans gaspiller

## Le label écologique européen pour les ampoules électriques L'étiquetage énergétique des appareils électroménagers

Pour produire l'électricité dont nous avons besoins, les centrales électriques tournent à plein régime. Elles dégagent des tonnes de CO<sub>2</sub>, lequel est le principal des gaz à effet de serre

Si les énergies renouvelables se développent, nous sommes encore à l'ère du tout électrique ou, en Europe, du tout nucléaire. Avant que le processus ne s'inverse réellement, il va encore falloir attendre des années, années pendant lesquelles l'activité humaine entraînera encore et encore des rejets de CO<sub>2</sub>. Or, on le sait aujourd'hui, les scientifiques l'ont démontré, les rejets de CO<sub>2</sub> sont les principaux responsables du réchauffement climatique de la planète. Pourtant des solutions existent. En se prenant en main, chez nous au quotidien, nous pouvons consommer moins d'électricité et préserver ainsi les ressources de notre planète. Comment faire ?

### Utiliser au maximum l'éclairage naturel

Le seul qui soit gratuit. Lors de la rénovation ou de la construction de votre maison, tenir compte de l'orientation et du dimensionnement de vos fenêtres peut retarder d'une heure le moment où vous aurez besoin de l'éclairage électrique. Pour en savoir plus sur vos dépenses électriques, le cabinet Enertech a fait des listes d'appareils électroménagers économes.

### Optimiser son circuit d'eau chaude

Isolez l'ensemble du circuit d'eau chaude avec des matériaux isolants. Adoptez les énergies renouvelables (solaire, bois) pour chauffer votre eau sanitaire. Il existe par exemple des chauffe-eau solaires qui peuvent couvrir jusqu'à 60 % de vos besoins. Ces équipements sont en outre subventionnés par l'ADEME.

En récupérant les eaux pluviales plutôt que d'utiliser l'eau potable pour l'arrosage du jardin, le lavage de sa voiture ou encore l'alimentation des WC.

Pour en savoir plus sur les énergies renouvelables, vous pouvez consulter le réseau d'associations et de professionnels du Comité de Liaisons Energies Renouvelables (CLER).

### Actions collectives

Propriétaire ou locataire, vos actions sont des exemples à valoriser auprès des organismes en charge de nos habitations (OPHLM, Syndics de copropriétaires). Vos initiatives individuelles doivent inspirer une meilleure gestion des espaces communs comme l'éclairage des cages d'escalier et des halls, les températures et les dates de mise en service retenues pour le chauffage collectif...

Ne laissez pas le gaspillage alourdir vos factures et exigez que l'eau et le chauffage soient séparés des charges collectives.

## **1 L'énergie en douceur**

Chaque année, un français consomme une énergie équivalente à 3 tonnes de pétrole. L'exploitation, le transport et l'utilisation des énergies fossiles épuisent les ressources

et polluent le milieu naturel. L'avenir est à l'économie et aux énergies renouvelables (solaire, vent...).

Quand vous changez d'ampoule, choisissez un modèle basse consommation. Plus chères à l'achat mais plus économiques, les lampes fluocompactes (LFC) usent 5 fois moins de courant et durent 10 fois plus longtemps que les ampoules classiques. Pensez à éteindre la lumière en quittant dans la pièce.

Choisissez le bon cycle pour la machine à laver. Réglez raisonnablement la température de votre congélateur : pour 1°C de moins, c'est environ 5 % de consommation en plus.

## **2 Éclairage**

Profitez au maximum de la lumière du jour.

N'oubliez pas d'éteindre la lumière en sortant d'une pièce éclairée. 3 pièces éclairées inutilement chaque soir consomment autant d'électricité qu'un réfrigérateur.

Sachez adapter la puissance de vos lampes à vos besoins.

## **3 Lampes basse consommation**

Les L.B.C ou lampes fluocompactes consomment 5 fois moins qu'une lampe à incandescence, pour offrir la même lumière.

En outre, elles durent 8 fois plus longtemps. Munies des culots habituels, la L.B.C peut se substituer directement aux ampoules traditionnelles sans aucune modification de l'équipement électrique. Et aujourd'hui, elles existent sous toutes les formes de façon à mieux s'adapter aux différentes pièces de la maison. - durée de vie : 6000 à 8000 heures contre en moyenne 1000 pour une ampoule classique. - efficacité lumineuse : elle est considérablement améliorée car l'énergie électrique consommée n'est pas gaspillé en production de chaleur inutile. - faible dégagement de chaleur : il permet de l'utiliser dans des locaux de faible volume ou très peu ventilés. Comme les L.B.C restent encore plus chères à l'achat que les ampoules classiques, il est opportun de les installer d'abord dans les pièces que l'on éclaire le plus : la cuisine, les terrasses ... ou le jardin lorsqu'on le laisse allumer toute la nuit ! Et au fur à mesure de changer toutes les ampoules contre des L.B.C. L'investissement est vite amorti ! Bon à savoir : une LBC vous fait économiser en moyenne 320 Frs.

## **4 Chauffage**

J'adapte la température de la pièce à mon activité : 20 degrés maximum pour le séjour, 18 degrés dans les chambres. Chaque degré au-dessus de 19 augmente la consommation d'environ 7%.

J'entretiens régulièrement ma chaudière. J'économise ainsi 8 à 12% de combustible et j'augmente sa longévité.

J'isole le toit ou les combles (30% d'économie d'énergie), les planchers et les murs (20 et 30% d'économie d'énergie) et je calfeutre mes portes et fenêtres (10 à 15% d'énergie) ..Pour isoler votre maison, choisissez des matériaux de bonne qualité, qui n'ont pas d'impact négatif sur la santé et dont la production n'est pas trop polluante ou gourmande en énergie... Laine minérale, laine de chanvre, flocons de cellulose, fibres de bois, liège, argile expansée, ... choisissez en toute connaissance de cause ! La mise en œuvre correcte de l'isolation garantira son efficacité à long terme.

J'installe des feuilles d'aluminium derrière les radiateurs pour récupérer de la chaleur radiante

Pensez à utiliser thermostats et horloge de programmation sur les radiateurs ou la chaudière : 19°C suffisent dans un séjour, 16°C dans une chambre la nuit.

Un thermostat d'ambiance et des robinets thermostatiques permettent de maintenir la température de chaque pièce selon son utilisation et la température extérieure. En plus, vous pouvez bénéficier de réductions d'impôts.

Pensez à baisser le chauffage quand vous sortez plusieurs heures de chez vous, et à l'éteindre complètement si c'est pour plusieurs jours.

Dépoussiérez régulièrement les grilles de vos convecteurs pour bénéficier de toute la chaleur qu'ils diffusent.

En hiver, ouvrez vos fenêtres pour aérer votre maison, mais pas trop longtemps : 15 minutes suffisent amplement. Pensez aussi à baisser le chauffage lors de l'opération.

A la maison comme en voiture, évitez la climatisation et préférez l'installation de protections solaires : volets, pare-soleil, humidificateurs...

Le soleil est une puissante source de chaleur. Profitez-en : baissez le thermostat de vos radiateurs dans les pièces orientées vers le soleil.

## **5 Appareils ménagers**

Réchauffement climatique oblige, voici quelques trucs et astuces pour économiser l'électricité dans nos maisons. - Les étiquettes énergie, imposées depuis 1995 par la Commission européenne, classent les appareils électriques en fonction notamment de leur consommation d'énergie. Lors de l'achat d'un appareil ménager, choisir toujours une machine économe (classée A, B ou C par l'étiquette énergie). Sachez que les appareils ménagers classés E, F ou G peuvent consommer jusqu'à cinq fois plus d'électricité que ceux de la classe A, B ou C

Pensez à éteindre les équipements électriques lorsque vous quittez une pièce.

Se chauffer sans réchauffer l'atmosphère : Il faut choisir un système de chauffage qui consomme peu d'énergie, soit peu polluant et qui ait une influence positive sur le confort et la santé des habitants. Le chauffage électrique est à bannir, le gaz naturel à privilégier. Renseignez-vous sur les différents systèmes de chauffage avant achat.

Attention à la veille des appareils électroménagers et informatiques. Tout confondu, cela peut représenter jusqu'à 10% de la consommation d'électricité. Par exemple, une télé en veille toute la journée, c'est comme si vous regardiez deux films. Branchez vos appareils munis de veille sur une multiprise à interrupteur que vous n'aurez qu'à fermer quand vous ne vous servez pas de ces appareils. La plupart de nos télévisions, chaînes hi-fi ou magnétoscopes restent en veille constamment (avec un petit voyant rouge allumé). Bien pratique quand on veut rallumer l'appareil avec la télécommande. Sauf qu'à l'année, ces petits gadgets peuvent coûter jusqu'à 420 Frs. Personnellement, ces sous, je préfère les garder dans ma poche... Pas vous ? Alors, c'est simple, éteignez réellement vos appareils et tant pis si vous devez vous lever pour allumer votre télé. Ca vous fera travailler les muscles !

Pour la lessive, optez pour le lavage à 40 degrés, qui consomme trois fois moins d'énergie qu'un cycle à 90 degrés.

Vous désirez changer de machine à laver ou de congélateur ? Prenez donc le temps de regarder de plus près les "étiquettes énergies" ! Obligatoires pour les réfrigérateurs,

congélateurs, lave-vaisselle, lave-linge et sèche-linge, elles permettent de comparer facilement les consommations des appareils entre eux. Outre la classe énergétique (de A à E), elles vous donnent la consommation annuelle de l'appareil. Un appareil de catégorie A consommera en moyenne trois fois moins qu'un appareil de catégorie C ou D et vous fera donc économiser près de 400 frs par an. Attention : les modèles de type "américain" sont extraordinairement gourmands en énergie. Même de catégorie A, leur consommation est souvent 4 à 5 fois supérieure à celle d'un équipement classique. En suivant ce régime kiloWatt, l'économie réalisable par ménage peut atteindre 1500 kWh par an ... soit plus de 1000 Frs ! Alors, on s'y met quand ?

Savez-vous que congélateur et réfrigérateur sont les plus gros consommateurs du foyer ? Et qu'un "frigo américain" consomme 3 à 4 fois plus qu'un réfrigérateur normal ? Indispensables, les réfrigérateurs sont pourtant des dévoreurs d'énergie. Peu adaptés au climat tropical (c'est-à-dire souvent mal ou peu isolés), ils consomment du courant 24 heures sur 24. Et ils peuvent augmenter leur consommation de près de 40 % quand la température extérieure passe de 25 à 30°. C'est pourquoi il convient d'appliquer certaines règles qui permettent de limiter la casse.

Dégivrez tous les trois mois réfrigérateur et congélateur : 4 cm de givre et la consommation d'électricité double.

Inutile de régler votre réfrigérateur au maximum : 5°C suffisent à la conservation de tous les aliments.

Laissez refroidir les plats avant de les mettre au réfrigérateur ou au congélateur.

Laissez sécher naturellement la vaisselle lavée par le lave-vaisselle plutôt que de la faire sécher par la machine.

Évitez d'utiliser un sèche-linge électrique, surtout si vous avez un jardin et une corde à linge.

Si vous utilisez le lave-linge ou un lave-vaisselle, veillez à les faire tourner à charge pleine et utilisez de préférence les programmes éco qui permettent de réduire la consommation d'énergie de moitié. Pour le lave-linge, choisissez de préférence les lavages basse température.

Une plaque de cuisson électrique continue de chauffer durant 15 mn après avoir été éteinte : pensez à exploiter cette chaleur lors des cuissons longues.

Mettez un couvercle sur vos casseroles, les temps de cuisson ou de chauffage seront plus courts.

Pensez à nettoyer régulièrement plaques et brûleurs de votre cuisinière et à vérifier l'état du tuyau d'alimentation du gaz : vous éviterez les pertes d'énergie inutiles.

*Voir la rubrique «Energie , Energie éolienne , Energie solaire , Energies renouvelables » dans l'Annuaire des sites web de Planèteécologie ( <http://www.planetecologie.org> ) ..Attention , avant de pouvoir y accéder , vous devez d'abord passer par la case « Abonnement » et , bien que ce soit gratuit , suivre la procédure ad hoc*



## Espaces Naturels

Ne jetez pas vos déchets dans la nature. Une canette abandonnée mettra 10 ans à se décomposer.

Ne cueillez pas n'importe quelles fleurs. Cela peut parfois entraîner la disparition de certaines espèces.

Attention aux feux de camp ou aux mégots de cigarette. Neuf incendies sur dix sont dus à l'homme et à ses activités.

*Voir la rubrique «Parcs Nationaux , Parcs Naturels » dans l'Annuaire des sites web de Planèteécologie ( <http://www.planetecologie.org> ) ..Attention , avant de pouvoir y accéder , vous devez d'abord passer par la cas « Abonnement » et , bien que ce soit gratuit , suivre la procédure ad hoc*



## Finances Ethiques

### Dow Jones Sustainability Indexes

Un des index les plus connus dans le domaine de l'investissement responsable. Vous pouvez consulter la composition de cet index, sa valeur et d'autres informations.

<http://www.sustainability-index.com/>

### Club d'Investisseurs pour une Gestion Alternative et Locale de l'Épargne (CIGALE)

Les Cigales sont des clubs d'investisseurs locaux au service du développement d'entreprises solidaires . <http://www.cigale.org>

### Cartes de crédit aux USA "orientées environnement"

Do Something Visa : <http://www.greenculture.com/pr/credit.html>

EDF NatureCard VISA Pour l'Environmental Defense Fund : <http://www.edf.org/ads/card.html>

National Audubon Society Visa Aide les programmes de la société Audubon

Ces cartes de crédit ..reversent un petit pourcentage sur les transactions vers des fonds éthiques

Association pour le FINANcement SOLidaire (FINANSOL) <http://www.globenet.org/finansol/>

Donnez à votre épargne le pouvoir d'être solidaire. L'association Finansol réunit des établissements financiers qui proposent des produits d'épargne solidaire et des opérateurs financiers qui soutiennent l'insertion de personnes en difficulté par des initiatives économiques. L'objet principal de l'association Finansol est d'offrir aux investisseurs et épargnants une réelle possibilité de donner un sens social à leur épargne en participant à l'insertion de chômeurs et de personnes en difficulté par le financement de micro et de petites entreprises, mais aussi par l'accès à un logement.

Association pour le Droit à l'Initiative Économique (ADIE) <http://www.adie.org/>

AReSE S.A fournit aux investisseurs et aux gérants de portefeuilles les informations non financières permettant la création de fonds d'investissements socialement responsables s'inscrivant dans une logique de développement durable. ARese S.A ne se livre à aucune activité militante en faveur ou au détriment d'une entreprise pour le bénéfice exclusif d'une catégorie particulière d'investisseurs.  
<http://www.arse-sa.com/>

Ethys : Alternative Ventures a pris une participation dans la création de cette nouvelle société de gestion de portefeuille éthique, c'est à dire spécialisée dans la gestion d'OPCVM éthiques, et fonctionnant sur des principes de transparence et de redistribution de ses profits à des oeuvres d'intérêt collectif.  
<http://www.altvent.com/index.html>  
<http://www.guarigue.net>

*Voir les rubriques «Ethique - Financement du développement durable – Fonds de pension verts – Investissements responsables» dans l'Annuaire des sites web de Planètecologie ( <http://www.planetecologie.org> ) ..Attention , avant de pouvoir y accéder , vous devez d'abord passer par la cas « Abonnement » et , bien que ce soit gratuit , suivre la procédure ad hoc*



## Forêts

Papier :

Choisissez de préférence du papier recyclé : il n'est pas forcément beige ou marron !

Feu :

Le feu ne prend pas que chez les autres : pensez à débroussailler autour de votre maison pour éviter les risques d'incendie.

Feux de déchets :

Attention vous ne pouvez pas faire de feu de broussailles chez vous à n'importe quelle époque de l'année. enseignez-vous auprès de votre mairie.

*Voir les rubriques «Forêt – Forêts tropicales – Forêts soutenables » dans l'Annuaire des sites web de Planètecologie ( <http://www.planetecologie.org> ) ..Attention , avant de pouvoir y accéder , vous devez d'abord passer par la cas « Abonnement » et , bien que ce soit gratuit , suivre la procédure ad hoc*



## Gouvernance

Les démarches de concertation conduisent à une nouvelle pratique de l'exercice du pouvoir. Les citoyens deviennent acteurs d'une démocratie participative, animée par l'autorité locale.

Adopter la transparence et la lisibilité des actions, décloisonner les savoirs, organiser les échanges et le débat public, construire des outils de concertation, de suivi et d'évaluation, sont les étapes clés d'une démocratie participative, qui constitue souvent une véritable "révolution culturelle", tant nos habitudes sont ancrées dans la relation frontale entre décideurs et citoyens. C'est cette démocratie renouvelée qui fonde l'adhésion des citoyens à un projet de développement.

Cette évolution des modes de décision, intégrant les pratiques de concertation, une information transparente sur les enjeux et les moyens, une responsabilité vis-à-vis des impacts des projets, peut être résumée par le terme de gouvernance.

### E-démocratie

Démocratie active, qui se présente comme un "Forum d'expression et d'action pour que chaque citoyen ait un véritable pouvoir dans la cité", a refondu complètement son site. De nouvelles rubriques, de nouveaux partenaires Eu-StudentVote, Internet Fiesta, la création d'un groupe local au Burkina-Faso, le Journal de la démocratie, édité par l'association "Direct", bientôt des "cafés citoyens" organisateurs de débats sans oublier la rédaction d'un livre sur les procédures de démocratie directe dans le monde avec d'autres associations. Une rentrée bien chargée les contributions sont attendues. ! :

Expression publique.com, site, espace d'expression des internautes sur les enjeux de société et de dialogue direct avec les décideurs, invite tout un chacun, en citoyen, à réagir sur des grands thèmes de société ou d'actualité : "A quoi sert, selon vous, la lutte anti-mondialisation ?", "Où sont les différences entre la gauche et la droite ?" et actualité oblige, sur les attentats terroristes aux Etats-Unis :

<http://www.lapetition.com> première plate-forme de revendications permettant de faire utilement pression sur les décideurs publics ou privés. Elle est mise à disposition de tous les sites respectant leur charte d'engagements. Une démarche qui permet à l'action en ligne de bénéficier de l'effet de réseau, tout en offrant des avantages clés pour les sites membres

*Voir la rubrique « Gouvernance » dans l'Annuaire des sites web de Planèteécologie ( <http://www.planetecologie.org> ) ..Attention , avant de pouvoir y accéder , vous devez d'abord passer par la cas « Abonnement » et , bien que ce soit gratuit , suivre la procédure ad hoc*



### Jardin

Je n'utilise pas de pesticides dans le jardin (lindane, atrazine...) Ceux-ci sont bien trop toxiques et leur vaporisation nuit aux vers de terres (aérant votre sol), aux insectes utiles et aux oiseaux. Je préfère l'utilisation d'engrais naturels tels que poudre de roche, poudre d'os, cendre de bois, potasse... sans toutefois les utiliser.

Pour votre potager, votre jardin ou même votre balcon, les engrais chimiques peuvent dans la plupart des cas être remplacés par des engrais naturels.

Je ne tonds pas ma pelouse trop ras. La coupe courte favorise l'apparition des maladies et des mauvaises herbes et requiert plus d'attention.

Je récupère l'eau de pluie pour mes plantes. Je tiens compte de la météo avant d'arroser mon jardinet je le fais le soir de préférence, ou tôt le matin.

Je remplace la tourbe par le compost et le sable pour l'amélioration des sols lourds et compacts.

Je fais moi-même mon compost, mélange de résidus organiques, idéal pour enrichir le sol. J'y mets tous mes déchets dégradables ménagers (épluchures de légumes, coquille d'oeufs, cendre de cheminées, marc de café...) auxquels j'ajoute paille, feuilles mortes, herbes séchées...

### **Le jardinage au naturel**

Dangereux et polluants, les insecticides, fongicides et herbicides ne devraient être utilisés qu'avec parcimonie. D'ailleurs, l'on peut très bien obtenir un jardin magnifique avec des moyens naturels.

Si les produits phytosanitaires sont légion dans les rayons des magasins, ils ne sont pas pour autant inoffensifs. En effet, ils contiennent pour la plupart des pesticides chimiques qui sont à la fois dangereux pour les sols, les eaux et pour ceux qui les utilisent. D'ailleurs, la réglementation de ces produits a largement évolué au cours des dernières années puisque la DDT, le thirame, le parathion, la simazine et plus récemment l'atrazine ont été interdits à la vente. D'autres produits, réputés comme étant très toxiques, ne sont plus quant à eux vendus aux particuliers.

Pourquoi limiter leur utilisation ?

Si aujourd'hui on essaie de limiter au maximum l'utilisation des produits phytosanitaires c'est parce qu'ils bouleversent l'équilibre écologique du jardin et modifient le métabolisme des plantes. Celles-ci deviennent plus sensibles aux attaques des parasites et aux maladies, résistent moins bien et sont donc plus fragiles. En croyant les protéger on les rend au contraire plus faibles ! En outre, les produits chimiques ne sont pour la plupart pas sélectifs ce qui fait que leur utilisation entraîne non seulement l'élimination des insectes prédateurs mais aussi celle des non nuisibles. Enfin, une mauvaise utilisation de ces produits peut entraîner des irritations, des brûlures et des accidents oculaires pour les utilisateurs. À manier donc avec précaution.

### **Le jardinage au naturel**

Jardiner sans utiliser de produits chimiques est possible et cela a d'ailleurs été le cas pendant des décennies —voire des siècles-. Aujourd'hui, l'on redécouvre donc les méthodes traditionnelles basées sur le bon sens et la connaissance des végétaux. Ainsi, comme il vaut toujours mieux prévenir que guérir, il est important avant tout de limiter l'apparition des ravageurs et des maladies. Comment faire ? En partant du principe que les larves s'alimentent de déchets végétaux et de mauvaises herbes, il faut donc supprimer dans son jardin les feuilles mortes et autres tas d'herbes. Pour éviter la

repousse des mauvaises herbes, on peut aussi recouvrir le sol d'un paillis de 5 à 10 cm d'écorces de coco. Effet garanti. D'autres méthodes reviennent également aujourd'hui sur le devant de la scène. L'aération de la terre grâce au binage, par exemple, qui permet de drainer l'eau jusqu'aux racines des plantes, l'alternance des cultures également qui évite d'appauvrir les sols (importante surtout dans les potagers) ou encore l'amendement du sol avec du terreau, du compost ou du fumier pour enrichir les sols.

### **Utiliser des produits naturels**

Les produits " bio " existent et bien utilisés ils s'avèrent assez efficaces. Le soufre (un fongicide), la roténone extraite de plantes exotiques, la pyrèthrine, préparée avec des fleurs de chrysanthèmes sauvages (insecticide) ou encore le sulfate de fer et le sulfate d'ammonium trouvent donc leur place dans les jardins " bio ". Cependant, s'ils sont davantage respectueux de l'environnement que les produits chimiques, ils ne sont pas sans effets secondaires. Il s'agit donc, là encore, de les utiliser avec parcimonie de manière à ne pas détruire l'équilibre écologique du jardin. Une chose reste sûre, leur action n'étant pas persistante, ils dégradent moins leur environnement à long terme.

### **Apprendre à connaître les plantes**

Plutôt que de verser une bonne dose d'engrais dès que les feuilles flétrissent, apprenons à connaître nos plantes pour mieux les soigner ! Parfois elles n'ont nullement besoin d'engrais, mais devenues trop grandes, seulement d'une bonne taille. En coupant les tiges trop hautes et peu fournies, on leur redonne ainsi un coup de fouet qui, en outre, facilite la floraison. D'autres ont besoin d'espace en grandissant et sont étouffées par ce qui les entoure. Dans ce cas, encore une fois, un bon coup de sécateur s'impose. Enfin, il est important de connaître les besoins exacts des plantes en ensoleillement et en eau. En regroupant les plantes gourmandes en eau au même endroit, on se facilite la vie, l'arrosage et l'on obtient rapidement un beau jardin.

### **Quand il le faut, de l'engrais, mais le bon**

La plupart des engrais du commerce sont des engrais de synthèse. À ce titre, ils combinent trois éléments principaux, l'azote, le phosphore et le potassium. Or, nos plantes n'ont pas toujours besoin des trois. Apprenons à mieux les connaître :

1. L'azote favorise la croissance des feuillages et des organes verts
2. Le phosphore influence la croissance des fruits, des légumes et des fleurs. Il renforce par ailleurs la résistance des plantes aux maladies
3. Le potassium aide la plante à lutter contre la sécheresse et les maladies. Il favorise également le développement des racines

Ainsi, les plantes vertes sans fleurs nécessitent surtout un engrais riche en azote et pauvre en potasse. Pour les plantes à fleurs et à fruits, ce sera l'inverse.

Dans tous les cas, si vous recourez à l'utilisation d'engrais, respectez bien les doses et le calendrier d'épandage. Car en la matière trop peu vaut mieux que trop. En effet, contrairement à ce que l'on croit souvent, un excès d'engrais n'est pas plus efficace mais peut au contraire brûler les racines des plantes.

## **A Faire :**

La rotation des cultures améliore le rendement

Si vous cultivez un petit potager pensez à faire tourner vos cultures d'une année sur l'autre. En effet, cette rotation limite les risques des maladies et améliore les rendements. Concrètement, cela consiste à ne pas cultiver la même famille de légumes (celles à racines, à feuilles, à fruits et les vivaces) deux années de suite au même endroit. Vous pouvez ainsi faire suivre des cultures exigeantes (tomates, choux...) par d'autres moins gourmandes (salades, aubergines...).

## **A Savoir :**

Engrais : leur impact sur l'environnement

Les engrais de synthèse sont nocifs pour notre environnement. L'azote par exemple produit des résidus sous forme de nitrates toxiques qui, sous l'influence du lessivage, passent dans les nappes phréatiques. Par ailleurs, ces mêmes nitrates attirent les parasites. Le phosphore quant à lui entraîne l'eutrophisation des rivières c'est-à-dire la prolifération d'algues nocives conduisant à la disparition de la vie animale. Les excès de potasse, quant à eux, réduisent la teneur en magnésium des végétaux. Enfin, l'utilisation massive des engrais de synthèse entraîne à terme un appauvrissement généralisé des sols du fait de l'absence de renouvellement de la matière organique.

**Gestes simples :** Nos grands-parents le faisaient naturellement et pourtant, aujourd'hui, nous avons oublié ces gestes simples. Alors, réapprenons à jardiner dans le plus grand respect de la nature.

### Récupérer l'eau de pluie

Gratuite, abondante sous nos climats tropicaux et bénéfique pour les plantes, l'eau de pluie mérite d'être récupérée pour alimenter nos jardins en période de sécheresse. Comment faire ? C'est tout simple : il suffit de placer une bassine ou une grande cuve en plastique à la sortie d'une gouttière et de laisser Dame Nature faire son œuvre. Une fois votre cuve pleine, il faut la recouvrir d'un couvercle ou d'un film plastique pour éviter la prolifération des moustiques et donc de la dengue. Pour l'utiliser, il suffit d'ajouter un robinet qui vous permettra de remplir votre arrosoir ou, mieux, de l'équiper d'une petite pompe (de 600 à 3000 Frs pour les plus gros modèles). A vous l'arrosage gratuit ! Et la planète ne pourra que vous dire Merci.

### Un binage vaut deux arrosages

Le binage consiste à émietter la terre en surface pour détruire les "capillaires", ces petits conduits par lesquels l'eau remonte puis s'évapore. Après une forte pluie il est important de biner car les grosses gouttes d'eau lissent la surface de la terre, provoquant un ruissellement à l'arrosage suivant.

### Le paillage pour perdre moins d'eau

Le paillage qu'est-ce c'est ? Cela consiste à recouvrir le sol d'écorces, de compost, de tontes de gazon ou de copeaux de coco. Protégé de l'influence directe du soleil et du vent, le sol perd ainsi moins d'eau.

Astuces :

Évitez un paillis trop épais qui empêcherait la terre de respirer, la bonne épaisseur doit être comprise entre 5 et 7 cm.

Si vous utilisez des tontes de gazon, faites les d'abord sécher pour éviter le pourrissement.

*Voir la rubrique «Jardin» dans l'Annuaire des sites web de Planètecologie (<http://www.planetecologie.org>) ..Attention, avant de pouvoir y accéder, vous devez d'abord passer par la case « Abonnement » et, bien que ce soit gratuit, suivre la procédure ad hoc*



### Jeux coopératifs :

<http://perso.wanadoo.fr/jeux.de.traverse> Ces jeux permettent de sortir de la dualité gagnant/perdant que l'on enseigne inconsciemment à nos enfants à travers les jeux de société classiques. Ici, l'entraide est de mise pour pouvoir gagner ensemble.

*Voir la rubrique «Éducation à l'environnement» dans l'Annuaire des sites web de Planètecologie (<http://www.planetecologie.org>) ..Attention, avant de pouvoir y accéder, vous devez d'abord passer par la case « Abonnement » et, bien que ce soit gratuit, suivre la procédure ad hoc*



### Notre mer, la Méditerranée

Une bouteille en plastique a une durée de vie d'environ 1000 ans... Repérez à terre les emplacements appropriés pour vous débarrasser de vos déchets.

Respectez les tailles minimales de capture pour les poissons, les crustacés et les coquillages. Attention ! Certaines espèces sont protégées par la loi ou soumises à des restrictions comme les oursins, dont la collecte est strictement interdite du 1er mai au 31 août (période de reproduction).

Jetez votre ancre le plus souvent possible sur des bancs de sable, afin de protéger les herbiers de posidonies.

*Voir la rubrique «Méditerranée» dans l'Annuaire des sites web de Planètecologie (<http://www.planetecologie.org>) ..Attention, avant de pouvoir y accéder, vous devez d'abord passer par la case « Abonnement » et, bien que ce soit gratuit, suivre la procédure ad hoc*



## Peintures

Évitez les peintures glycérophtaliques et en particulier celles qui nécessitent du white spirit comme dissolvant et les peintures acryliques ou glycérophtaliques qui ont une action antifongique de protection après application: les substances chimiques qu'elles contiennent polluent la maison pendant des années. À éviter également: les peintures qui contiennent du plomb quelle que soit sa forme (poison mortel pour l'homme et les animaux). Préférez les peintures acryliques solubles par l'eau, sans plomb ni formaldéhyde (Corna, Avi 3000, Nylastral).

*Voir la rubrique «Produits respectueux de l'environnement – Produits Verts» dans l'Annuaire des sites web de Planèteécologie ( <http://www.planetecologie.org> ) ..Attention , avant de pouvoir y accéder , vous devez d'abord passer par la cas « Abonnement » et , bien que ce soit gratuit , suivre la procédure ad hoc*



## Phosphates !

Toujours présents dans la plupart de nos lessives et détergents pour lave-vaisselles, les phosphates ont des conséquences dramatiques sur l'environnement ! En achetant, nous avons un rôle à jouer.

Les phosphates sont employés par les lessiviers pour leur action de neutralisation du calcaire présent dans l'eau. Certes, mais en 1990, un rapport international diligenté par le ministère de l'environnement, prouve que ces fameux phosphates entraînent des conséquences graves pour les cours d'eau. Ils produisent en effet une prolifération anormale des algues qui met ensuite en péril la faune et la flore.

Les lessiviers, un lobby très puissant, soit dit en passant, n'ont pas vraiment voulu tenir compte de ce rapport. Ils se sont seulement engagés à diminuer les doses de phosphates dans leurs produits et ce d'ici 2002. Mais certains, ont résolument choisi de s'en passer (la lessive Le chat par exemple). Et leurs lessives lavent très bien. Alors, pourquoi sans priver ?

*Voir la rubrique «Produits respectueux de l'environnement – Produits Verts» dans l'Annuaire des sites web de Planèteécologie ( <http://www.planetecologie.org> ) ..Attention , avant de pouvoir y accéder , vous devez d'abord passer par la cas « Abonnement » et , bien que ce soit gratuit , suivre la procédure ad hoc*



## Produits aux CFC

Pas bons du tout pour la couche d'ozone !

Malgré l'effort de l'industrie, il en reste encore dans les bombes antipoussières pour les appareils-photos et les ordinateurs. Quant aux autres aérosols, même sans CFC, ils restent des produits toxiques, inflammables, explosifs et non réutilisables. Préférez les vaporisateurs manuels, sticks, plaquettes ou burettes.

*Voir les rubriques « CFC – Gaz à effet de serre » dans l'Annuaire des sites web de Planètecologie ( <http://www.planetecologie.org> ) ..Attention , avant de pouvoir y accéder , vous devez d'abord passer par la cas « Abonnement » et , bien que ce soit gratuit , suivre la procédure ad hoc*



## Produits chimiques à la maison : attention aux abus !

Vous êtes une pro de la javel et usez et abusez des produits détergents. Attention, ils ne sont pas sans conséquence sur la nature !

Nos maisons accueillent par le biais des produits d'entretien des centaines de substances chimiques nocives pour l'environnement. Pour faire changer les choses, il faut opter pour les produits "verts" et adopter un comportement responsable. Les "écolabels" attribués par des organismes indépendants permettent de s'assurer que les substances les plus dangereuses ont été évitées.

On ne le dira jamais assez, quel que soit le produit utilisé, il faut respecter les doses et le mode d'emploi. Rien ne sert de vider un bidon d'eau de javel par semaine dans votre maison... Car l'eau de javel tue les virus, les bactéries et les champignons, mais elle est également nuisible aux équilibres biologiques de la nature. Si vivre dans une maison aseptisée est important pour certaines personnes (sujets fragiles ou asthmatiques par exemple), pour la plupart d'entre nous cela ne présente aucun intérêt.

Réfrigérateur et WC, les deux priorités Deux endroits dans la maison nécessitent un entretien rigoureux : le réfrigérateur, véritable nid à bactérie en milieu tropical, et les toilettes qu'il faut régulièrement désinfecter. Hormis cela, ayez la main légère.

*Voir la rubrique «Produits respectueux de l'environnement – Produits Verts» dans l'Annuaire des sites web de Planètecologie ( <http://www.planetecologie.org> ) ..Attention , avant de pouvoir y accéder , vous devez d'abord passer par la cas « Abonnement » et , bien que ce soit gratuit , suivre la procédure ad hoc*



## Produits Ménagers

### Lessive

La plupart des lessives sont maintenant sans phosphates. Faites uniquement attention de ne jamais en mettre trop : c'est toujours ça de gagné !

### Recharges

Nouveau dans le domaine des lessives : vous pouvez acheter des recharges au lieu d'acheter chaque fois une boîte en carton. Idem pour les adoucisseurs, le nettoyeur pour les vitres, etc...

### Sacs poubelles

N'achetez plus de sac poubelle : utilisez les sacs des supermarchés, ils ont pile la taille des poubelles 2 compartiments (verre et déchets).

### Couche d'ozone

Vérifiez toujours que les bombes aérosol que vous achetez comportent le sigle "protège la couche d'ozone".

### Peinture

Tant que possible, choisissez de préférence la peinture à l'eau, moins polluante.

*Voir la rubrique «Produits respectueux de l'environnement – Produits Verts» dans l'Annuaire des sites web de Planèteécologie ( <http://www.planetecologie.org> ) ..Attention , avant de pouvoir y accéder , vous devez d'abord passer par la cas « Abonnement » et , bien que ce soit gratuit , suivre la procédure ad hoc*



## Récupération

### Piles boutons

Ne jetez jamais de piles-boutons à la poubelle : elles sont fortement polluantes car contenant du mercure. Les horlogers et certains autres magasins (ex: Nature et Découverte) les récupèrent.

### Médicaments non périmés

Si vous possédez des médicaments non périmés dont vous ne vous servez pas, ne les jetez pas : certaines pharmacies s'occupent de les récupérer pour des pays défavorisés. Votre pharmacien peut se charger de récupérer et détruire proprement vos médicaments périmés.

### Bouteilles en verre

Toutes les villes possèdent maintenant des conteneurs verts dans lesquels vous déposerez vos bouteilles en verre qui seront recyclées par la suite. Attention : prenez bien soin d'enlever bouchons, et capsules...

## Monstres

Ne jetez plus vos objets encombrants dans la nature, ne les laissez pas non plus traîner dans votre jardin: toutes les communes proposent un service de ramassage à domicile gratuit (les "monstres"). Renseignez-vous auprès de votre mairie

*Voir la rubrique « Recyclage » dans l'Annuaire des sites web de Planètecologie ( <http://www.planetecologie.org> ) ..Attention , avant de pouvoir y accéder , vous devez d'abord passer par la cas « Abonnement » et , bien que ce soit gratuit , suivre la procédure ad hoc*



## Rivières menacées

Un litre d'huile de moteur usagé, jeté directement dans une rivière, pollue une surface d'environ un million de litres d'eau. Un français sur trois vidange lui-même son moteur. Si c'est votre cas, rapportez votre huile usagée chez le garagiste, dans une station service ou dans une déchetterie. Par ailleurs, depuis le 1er juillet 1998, les vieilles batteries doivent obligatoirement être déposées dans des centres agréés.

*Voir la rubrique « Rivières » dans l'Annuaire des sites web de Planètecologie ( <http://www.planetecologie.org> ) ..Attention , avant de pouvoir y accéder , vous devez d'abord passer par la cas « Abonnement » et , bien que ce soit gratuit , suivre la procédure ad hoc*



## Se former et s'informer sur le développement durable

La prise en compte du développement durable implique un changement culturel profond, porté notamment par les acteurs de l'éducation et de la formation. Différents acteurs, dont les associations, proposent aujourd'hui les premiers outils pédagogiques d'éducation au développement durable et des sessions de formation à destination de tout public.

Les milieux de l'éducation nationale, de la formation professionnelle et continue intègrent peu à peu dans les cursus et les programmes des modules consacrés au développement durable ou créent des diplômes spécifiques.

Les nouvelles technologies de l'information et de la communication (NTIC) représentent un support idéal pour faire circuler l'information et en favoriser l'accès au plus grand nombre. ([www.globenet.org/demain-le-monde](http://www.globenet.org/demain-le-monde), [www.ecole-et-nature](http://www.ecole-et-nature), [www.educ-envir.org](http://www.educ-envir.org), [www.planetere.org](http://www.planetere.org), [www.formation21.org](http://www.formation21.org) )

La collectivité locale peut contribuer à créer cette culture du développement durable en sensibilisant les habitants et acteurs locaux. Rencontres, colloques, soirées-débats, enquêtes auprès des ménages, journaux municipaux, points d'information, centre de ressources ([www.cerdd.org](http://www.cerdd.org) - [crisla.dd@free.fr](mailto:crisla.dd@free.fr)) sont autant de vecteurs de l'information des habitants sur ce thème. La formation des personnels administratifs et des élus au développement durable constitue également un volet important d'un

dispositif visant à créer un langage commun permettant à chacun, au sein de la collectivité, de s'investir dans l'Agenda 21 local.

*Voir les rubriques « Formation – Information – Métiers » dans l'Annuaire des sites web de Planèteécologie ( <http://www.planetecologie.org> ) ..Attention , avant de pouvoir y accéder , vous devez d'abord passer par la cas « Abonnement » et , bien que ce soit gratuit , suivre la procédure ad hoc*



## Tourisme

En l'an 2000, 697 millions de personnes ont parcouru le monde pour y passer des vacances. En 2020, on prévoit 1.6 milliards de déplacements. Ce qui nous paraît légitime l'est beaucoup moins pour le reste des 6 milliards d'habitants actuels de notre petite planète !

Les conséquences sociales et environnementales du tourisme de masse sont souvent catastrophiques pour les régions d'accueil, sans parler des nuisances liées aux transports utilisés (pollutions, bruit, etc.).

On peut donc se poser la question : avons-nous vraiment besoin de partir si loin, si longtemps ou si souvent,...

Que fuyons-nous donc dans notre vie quotidienne pour avoir ce besoin de s'évader ?

*Voir les rubriques « Ecotourisme – Tourisme durable » dans l'Annuaire des sites web de Planèteécologie ( <http://www.planetecologie.org> ) ..Attention , avant de pouvoir y accéder , vous devez d'abord passer par la cas « Abonnement » et , bien que ce soit gratuit , suivre la procédure ad hoc*



## Transports

En ville, 50% des trajets en voiture font moins de 3 km à vol d'oiseau. Une distance idéale pour les balades à pieds en vélo, en roller, en trottinette... ou en bus si vous êtes fatigué.

A Paris, la vitesse moyenne du métro est de 27 km/h et celle d'une voiture 18 km/h. La situation n'est pas meilleure dans la plupart des grandes villes. Alors si vous êtes pressé, laissez la voiture au garage !

Vous devez vous rendre à votre travail en voiture ? Collègues et voisins sont sans doute dans le même cas : pensez à vous renseigner dans votre entreprise ou votre quartier pour faire la route avec eux. N'hésitez pas non plus à rechercher l'association qui organise le covoiturage dans votre région. Vous en découvrirez toutes les joies.

Réfléchissez avant de prendre votre voiture et optez de préférence pour les transports en commun : ces derniers consomment 5 fois moins d'énergie par passager qu'une voiture.

Redécouvrez le vélo pour de courtes distances, même dans Paris. Bientôt, vous ne pourrez plus vous en passer. Et en plus, c'est bon pour la santé !

A vitesse moyenne égale, une conduite agressive peut augmenter la consommation de carburant de 30 à 40%. Pensez-y quand vous êtes au volant : conduisez sagement et respectez les limitations de vitesse, vous diminuerez en plus les risques d'accident.

Choisissez un véhicule sobre et adapté à vos besoins : 4x4 et climatisation sont rarement nécessaires.

Les jours de canicule, ne prenez la voiture qu'en cas d'urgence et chacun respirera un peu mieux.

En cas d'arrêt prolongé (livraisons, courses, conversations téléphoniques...), coupez le contact : vous réduirez bruit et pollution.

Vérifiez tous les mois la pression de vos pneus : mal gonflés, ils s'usent plus vite et entraînent une surconsommation de carburant.

Privilégiez la consommation de produits de fabrication locale et d'aliments de saison : vous réduirez le recours aux transports routiers et aériens sur de longues distances.

Un mauvais réglage de moteur peut entraîner une surconsommation de carburant de 10% et une surpollution de 20%. La solution est simple : révisez annuellement allumage et carburation de votre véhicule.

Renseignez-vous : votre voiture peut sans doute rouler à l'essence sans plomb... vous limiterez les pollutions atmosphériques.

Renseignez-vous avant d'acheter une voiture avec un moteur diesel. Si vous ne roulez pas plus que la moyenne, elle vous coûtera plus cher à l'achat, et ne sera pas forcément amortie sur la consommation et la durée...

Rouler moins vite vous permettra d'économiser du carburant, de changer vos pneus jusqu'à 3 fois moins souvent, d'éviter les accidents... et donc de polluer moins !

Vidanger sa voiture se fait chez le garagiste, ou chez des récupérateurs d'huile de vidange. Jamais n'importe où !

Une voiture bien réglée, régulièrement révisée consommera moins de carburant, vous coûtera donc moins cher et polluera moins l'atmosphère.

### **Prendre l'avion ?**

Au rythme actuel, la contribution du transport aérien à l'augmentation de l'effet de serre doublera d'ici 20 ans.

Comme pour le transport routier, de nombreux gaz à effet de serre sont émis par les transports aériens. Les améliorations techniques des appareils ne suffisent pas à compenser l'extraordinaire croissance constatée du trafic dans les dernières décennies.

Une personne effectuant un aller-retour Paris-Marseille en avion participe au rejet de 150 kg de gaz à effet de serre, alors qu'en voyageant en train, ses émissions ne sont plus que de 3 kg.

En effectuant dans l'année 2 aller-retour Paris-New-York, cette même personne rejette autant de CO<sub>2</sub> que dans l'ensemble de ses activités durant toute l'année.

Chaque année, 16 000 avions relâchent dans l'atmosphère quelques 600 millions de tonnes de CO<sub>2</sub>, soit autant que la Grande-Bretagne pour l'ensemble de ses transports.

### **Actions collectives**

Rejoignez et soutenez les associations d'usagers de transports en commun, de cyclistes ou de protection de la nature et de l'environnement. Elles se mobilisent et font des propositions dans le cadre des consultations publiques prévues à l'occasion de l'élaboration des Plans de Déplacements Urbains (PDU).

*Voir la rubrique « Transports » dans l'Annuaire des sites web de Planèteécologie ( <http://www.planeteecologie.org> ) ..Attention , avant de pouvoir y accéder , vous devez d'abord passer par la cas « Abonnement » et , bien que ce soit gratuit , suivre la procédure ad hoc*



## **Travail et Loisirs**

### **Agir sur son lieu de travail**

En veillant à éteindre les lumières en sortant de son bureau et dans les locaux inoccupés. En éteignant à l'heure du déjeuner ses ordinateur, photocopieur et imprimante.

Activez le mode économiseur d'énergie "Energy Star", s'il existe sur votre ordinateur (système différent de l'économiseur d'écran).

En limitant la consommation des appareils de bureautique en veille. Branchez vos imprimante, modem, scanner, Zip... sur une multiprise munie d'un interrupteur.

En essayant de ne pas surchauffer son bureau. La qualité de votre travail ne pourra que s'en trouver améliorée.

En limitant vos consommations de papier. Recyclez les feuilles imprimées dans le photocopieur et utilisez le recto-verso.

En privilégiant le train plutôt que la voiture ou l'avion, lors de ses rendez-vous d'affaire et de ses congés.

N'oubliez pas par ailleurs que le co-voiturage ou la location d'une voiture sur place est une option qui peut s'avérer rentable financièrement.

En profitant de votre départ en vacances pour faire réviser votre voiture.

### Actions collectives

Initiez un Plan de Déplacement Entreprise : proposez que soit prévu un garage à vélo, organisez un système de co-voiturage interne à l'entreprise.

Demandez la prise en charge des titres de transports en commun, développez le télétravail.

Privilégiez/adoptez des fournisseurs qui proposent des produits recyclés ou qui récupèrent les consommables (cartouches de photocopieurs...).

Vous pouvez porter ces propositions aux responsables environnement et dirigeants de votre entreprise ou administration.

*Voir la rubrique «Loisirs » dans l'Annuaire des sites web de Planètecologie (<http://www.planetecologie.org>) ..Attention , avant de pouvoir y accéder , vous devez d'abord passer par la cas « Abonnement » et , bien que ce soit gratuit , suivre la procédure ad hoc*



### Utiliser autrement

Renoncer à l'automobile quand c'est possible et privilégier bicyclette, marche à pied, transports en commun

Economiser l'énergie, réduire ses déchets, réutiliser et recycler plutôt que jeter

Conserver plus longtemps les objets et appareils ; (faire) réparer quand c'est possible : ne pas céder à la tentation du dernier design...

Redécouvrir les aliments et le plaisir de cuisiner et de manger sain.

Eviter l'usage de produits chimiques à la maison et pour le jardinage.

Limiter l'usage de la télévision en sélectionnant les émissions, éviter les séquences publicitaires, et profiter du temps libéré !

Rester vigilant par rapport à la publicité et les stratagèmes marketing en général, auxquels n'échappe pas la politique-spectacle.

*Voir la rubrique « Consommation ( anti ) » dans l'Annuaire des sites web de Planètecologie ( <http://www.planetecologie.org> ) ..Attention , avant de pouvoir y accéder , vous devez d'abord passer par la cas « Abonnement » et , bien que ce soit gratuit , suivre la procédure ad hoc*



## Voitures

A l'heure actuelle, plus de 30 millions de véhicules circulent dans l'hexagone : la voiture est de loin la principale source de pollution de l'air en ville. Alors, changez d'air !

### Développez le covoiturage

Pour les petits trajets, utilisez les transports en commun ou préférez la marche à pieds.

Roulez "propre" : faites régler l'allumage et la carburation de votre véhicule, placez un pot catalytique et roulez à l'essence sans plomb. Vous bénéficierez de la pastille verte.

Acheter une voiture c'est bien, l'entretenir, c'est mieux. Et cela permet de conserver au moteur toutes ses qualités en polluant le moins possible.

Economiser son essence et faire durer son moteur est tout à fait possible. Il suffit en effet d'entretenir régulièrement son véhicule en respectant les kilométrages indiqués par le constructeur pour les révisions. Mais aussi d'apprendre à conduire plus sagement et à anticiper davantage les freinages et les accélérations. Car toute accélération importante ou freinage brutal entraîne une surconsommation du véhicule. L'idéal est donc de rouler à une allure modérée en évitant les sur-régimes comme les sous-régimes.

Quant à la climatisation, elle implique bien évidemment une surconsommation importante. C'est pourquoi il est conseillé de ne la mettre qu'en cas de réel besoin et non en permanence, pour le moindre trajet maison-école ou maison-plage. Et dans les côtes ou lorsque l'on veut doubler, il vaut mieux là-aussi la couper !

### De l'importance de l'entretien

Certains n'hésitent pas à s'abstenir de toute révision et, s'ils en tirent un bénéfice immédiat, ils risquent fort de déchanter à l'avenir. Car un moteur non entretenu développera rapidement des pannes coûteuses, consommera davantage (jusqu'à 25% en plus) et polluera toujours plus. D'où l'importance de faire réviser son véhicule très régulièrement et d'indiquer au professionnel de l'automobile le moindre souci ou bruit suspect. Le gonflage des pneus est également un point essentiel puisque des pneus sous-gonflés entraînent une surconsommation d'environ 3 % pour un déficit de seulement 0.3 bar.

En entretenant bien votre véhicule, vous n'en tirerez que des bénéfices, revendrez votre véhicule plus facilement et ferez un petit geste pour la planète !

*Voir la rubrique « Véhicules solaires , électriques et hybrides » dans l'Annuaire des sites web de Planèteécologie ( <http://www.planetecologie.org> ) ..Attention , avant de pouvoir y accéder , vous devez d'abord passer par la cas « Abonnement » et , bien que ce soit gratuit , suivre la procédure ad hoc*