

Quelques gestes pour diminuer le réchauffement climatique et devenir maître de son destin

1 - Economies d'eau. Les petites gouttes font les grandes rivières

Seulement **0,3%** de l'eau terrestre constitue notre réservoir d'eau douce disponible.

Préservez-la !

En France, 150 litres d'eau douce potable sont consommés par jour et par personne mais nous n'en buvons qu'1% seulement ! La majorité de notre consommation sert à la toilette et aux WC. Dès lors, attention à ne pas laisser couler l'eau d'un robinet pour rien : lorsque l'on se brosse les dents, 3 minutes d'eau qui s'écoulent correspondent à 12 bouteilles de 1,5 litres ! De même, traquons les fuites : elles peuvent représenter 20

% de la facture d'eau alors que la plupart du temps, il s'agit d'un simple joint défectueux à changer !

2 – Et si on jardinait autrement ?

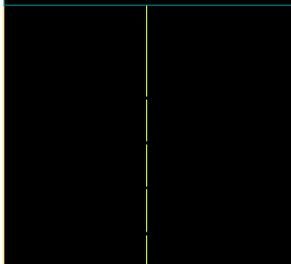
Le jardinage est de loin le loisir préféré des Français. Or, dans la majorité des cas, les jardins amateurs sont traités chimiquement. Ainsi, 1/4 de la pollution des eaux de surfaces et des nappes souterraines serait ainsi de leur responsabilité. Il est pourtant tout à fait possible de préserver l'équilibre des sols en utilisant moins de pesticides. Un bel exemple : une coccinelle dévore jusqu'à 100 pucerons par jour. Autre habitude à prendre, fabriquer son compost soi-même : environ 1/3 des déchets qui finissent dans la poubelle peuvent être compostés !

3 - Ampoules : éclairer intelligemment pour économiser l'électricité

L'éclairage fait partie intégrante de notre confort de vie et représente en moyenne 14 % de notre facture d'électricité. Pourtant, il est possible d'économiser jusqu'à 70% des dépenses d'électricité d'éclairage ! Profitons des avantages des ampoules basse consommation qui consomment 5 fois moins

Pour bien choisir, repérez-vous !

Les Équivalences



d'électricité et durent 7 fois plus longtemps qu'une ampoule classique, soit une économie de 50€ pour l'utilisation d'une seule ampoule ! Attention aux halogènes qui se révèlent être de gros consommateurs en énergie. Enfin, révisons nos comportements : allumer la lumière en plein jour, c'est pas automatique !

4 - Manger en préservant l'environnement !

Évitez les achats hors saison

En Hiver



1 Kg

=

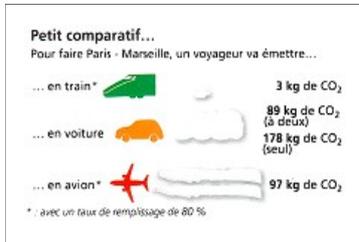


5 Litres

Le circuit de l'alimentation représente près du tiers des émissions françaises de gaz à effet de serre ! Par exemple, un fruit importé par avion consomme pour son transport 10 à 20 fois plus de pétrole que le même fruit

produit localement et acheté en saison. Consommons des fruits et légumes de saison et favorisons l'agriculture biologique qui n'utilise aucun traitement chimique ! A noter également que, aujourd'hui, en France, 25% de la nourriture achetée est jeté à la poubelle... alors attention aux dates de péremption !

5 - Transport. Permis de bonne conduite



Pratique mais polluante, utile mais bruyante, la voiture reste le pire ennemi de la pollution : 50% des trajets font moins de 3km ! Aussi, pour les petits trajets, préférons la marche à pied : c'est moins polluant et ça permet de rester en forme ! Partager un véhicule, conduire « patte de velours », c'est déjà un premier pas ! Enfin, pour les déplacements longue-distance, choisissons le train et ne prenons l'avion qu'en dernier recours : un avion émet 300 fois plus de gaz carbonique que le train sur une même distance !

6 – Une maison propre et saine, sans produits toxiques

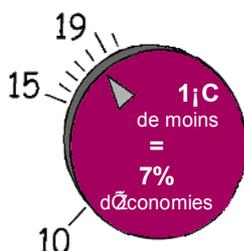
Malgré leur utilisation banale, les produits d'entretien en tout genre, les solvants, les colles et les peintures ne sont pas sans danger pour la santé. Bien au contraire : 50% des agents toxiques passant par nos canalisations échappent aux usines de retraitement et sont rejetés dans les cours d'eau. Prenons garde aux labels auto-déclarés comme « protège la couche d'ozone », « vert », qui peuvent être imprécises. Ayons le réflexe de rapporter certains produits toxiques (médicaments périmés, insecticides, désherbants) dans une déchetterie ! Et pensons à quelques astuces simples comme utiliser du papier journal pour laver les vitres !

7- Trier, c'est réutiliser !



Chaque Français produit en moyenne 1 kg de déchets par jour. Au total, cela représente chaque année 2 500 fois le poids de la Tour Eiffel ! Et pourtant 40 % des déchets peuvent être compostés et 40 % peuvent être recyclés. En tant que consommateur, révisons nos comportements d'achat et adoptons le tri sélectif ! Privilégions les produits sans emballage inutile, les écorecharges, les produits biodégradables ! Adoptons des réflexes malins comme le tri des piles ! Parce que recycler, c'est aussi donner une 2ème vie à nos déchets !

8 - Pourquoi chauffer dehors ?



Le chauffage et l'eau chaude constituent les deux tiers de notre consommation d'énergie domestique. Pourtant, chacun d'entre nous possède une vraie marge de manœuvre pour réduire sa consommation d'énergie et ainsi voir sa facture

allégée. Empêchons la chaleur de s'échapper en isolant le toit et les murs de son habitat qui permet d'économiser jusqu'à 30% d'énergie ! Surveillons les radiateurs : un degré de moins, c'est peut-être un pull en plus, mais c'est surtout 7 % d'économies. Enfin, quand il est possible, optons pour le chauffe-eau solaire qui permet de bénéficier d'un crédit d'impôt de 40% !

9 - Mise en veille et performance des appareils pour une facture d'électricité allégée !

Chaîne Hi-Fi, lecteur DVD, téléviseur, ordinateur, imprimante... la technologie est partout. Et beaucoup de ces appareils restent en veille après utilisation, ce qui représente 10 % de notre facture d'électricité ! Par exemple, une télévision qui reste en veille durant toute une journée consomme plus que lorsqu'on la regarde pendant la durée de 2 films. Alors faisons la chasse aux petites lumières rouges ! De même, d'autres appareils sont énergivores : réfrigérateur, lave-linge... Au moment de l'achat, lisons bien les étiquettes énergie et préférons les appareils classés A ou A+.

10 – Acheter et consommer mieux



Agir pour l'environnement, cela peut commencer devant un étalage ou dans les rayons d'un supermarché. Consommer, c'est aussi choisir des produits écologiques qui nécessitent moins de ressources naturelles pour leur élaboration, génèrent moins de nuisances lors de leur utilisation et moins de déchets à la fin de leur vie. Alors sachons trouver les éco-produits, soucions nous de leur origine et réfléchissons sur la manière de les utiliser ! Privilégions les écolabels (NF Environnement, Écolabel européen) !

11 - Bien utiliser le papier, facile !



D'ici dix ans, la consommation mondiale de papier pourrait croître de 40 %, or 42 % du bois exploité sert déjà à fabriquer du papier. Au travail, la consommation annuelle de papier est de 75 kg par personne ! Réduisons notre consommation excessive par des astuces simples : imprimer recto-verso, utiliser les nouvelles techniques de communication pour faire circuler les informations... Ayons le réflexe d'utiliser le dos des feuilles usagées pour en faire des carnets de notes ou du brouillon : c'est autant de papier de gagné !

12 - Economiser le bois et la forêt, poumon de la terre...

**Un label pour
préserver les forêts**



Le label FSC garantit un bois issu d'une gestion forestière respectueuse de critères écologiques et sociaux.
Il garantit une exploitation responsable des forêts dans le monde entier - sans abus, dans le respect des populations locales et des travailleurs forestiers.

Teck, ébène, iroko... autant de bois tropicaux africains, à la mode dans le mobilier, dont la moitié est considérée comme provenant de coupes illégales. Toutes les deux secondes, l'équivalent d'un terrain de football disparaît en forêt tropicale, soit chaque année, une superficie correspondant à la surface totale de la forêt française. Il est donc prudent de se méfier des coups de cœur pour un produit très « tendance ». Le bois est un matériau écologique lorsqu'il provient de forêts correctement exploitées. Faisons le choix d'un bois traditionnel mais local (châtaignier, chêne, aulne, pin sylvestre).

13 - Trop de sacs plastique : passer du jetable au durable



12 milliards de sacs de caisse jetables ont été distribués en 2003, soit 66 000 tonnes de plastique ou encore près de 380 sacs distribués par seconde! Ces sacs consomment des matières non renouvelables (pétrole) et sont rapidement jetés après usage. Certains peuvent finir dans la nature et causer des dommages aux animaux.

Préférons le durable au jetable : utilisons des sacs réutilisables ou des cabas, des caddies ou des filets: à chacun sa solution, c'est si facile !

14 - Les bons placements

Imaginons une seconde que la majorité des placements se fasse dans des entreprises reconnues pour leurs engagements écologiques : les entreprises polluantes n'auraient d'autre recours que de s'aligner "écologiquement" sur celles qui recevraient les faveurs des investisseurs.

Cette alternative existe déjà puisque les entreprises plus écologiques sont aujourd'hui favorisées par des fonds d'investissement labellisés (Finansol, Cigales...). Encore une fois, la solution, c'est souvent nous qui la détenons !