

# DOSSIER- ENVIRONNEMENT

## LES BONS GESTES À LA MAISON

- **J'économise l'eau**

Au 20e siècle, la consommation d'eau dans le monde a été multipliée par 7 alors que la ressource en eau a considérablement diminué. La pénurie d'eau est le plus grand danger qui pèse actuellement sur la planète. En effet, 1,1 milliard de personnes n'ont toujours pas accès à une eau salubre, un tiers de la population mondiale est privée d'eau potable, et près de 2,5 milliards n'ont pas d'installations adéquates d'assainissement. Et le manque d'eau n' épargne pas les pays développés : en France, on pense aux sécheresses estivales.

- **Je prend une douche rapide** plutôt qu'un bain car je consomme ainsi entre 25 et 100 litres d'eau au lieu de 250 litres environ, et je participe à la préservation de cette ressource naturelle limitée. En effet, dès 2030, la demande en eau pourrait dépasser l'offre : 50% de la population mondiale serait privée de cette ressource vitale.

- **Je coupe l'eau quand je me brosse les dents, me lave les mains ou me rase.** Je réduits ainsi ma consommation d'eau de moitié. L'eau douce ne représente que 2,5 % du stock total d'eau sur la planète (les 97,5 % restant étant salés).

- **J'installe une chasse d'eau à double commande** dans mes toilettes ou je place une bouteille pleine de sable ou une brique dans le réservoir, car je réduits ainsi ma consommation d'eau de 1 à 2 litres à chaque remplissage de la cuvette.

- **J'équipe ma robinetterie de systèmes permettant de limiter ma consommation d'eau,** comme par exemple des réducteurs de débit, des aérateurs, des mitigeurs ou des douchettes à faible débit.

- **Je répare au plus vite les éventuelles fuites d'eau,** car une fuite goutte à goutte peut représenter 35 000 litres d'eau par an. Une lecture attentive de sa facture d'eau permet souvent de les détecter.

- **Je ne fais fonctionner mon lave-linge ou mon lave-vaisselle** lorsque la machine est remplie ou j'utilise la touche demi-charge qui permet d' économiser environ 30 % du volume d'eau.

- **Je préserve la qualité des eaux souterraines**

En France, l'eau d'origine souterraine fournit 60% de notre eau potable. Il est donc essentiel de préserver sa qualité

- **J'utilise une lessive sans phosphates pour éviter la prolifération d'algues microscopiques,** dangereuses pour la vie aquatique. Aujourd'hui, les quantités de phosphates mesurées dans les rivières sont 10 à 15 fois supérieures aux teneurs naturelles.

- **Je veille à respecter les doses indiquées** sur les emballages des produits ménagers.

- **Je ne jette pas les restes de peintures, de solvants usagés (white-spirit, acétone.)** dans les toilettes ni dans l'évier mais à la déchetterie. Les rejets de substances toxiques, même émises en faibles quantités, peuvent avoir des conséquences irréversibles sur les écosystèmes et présenter des dangers pour la santé.
- **J'économise l'énergie**

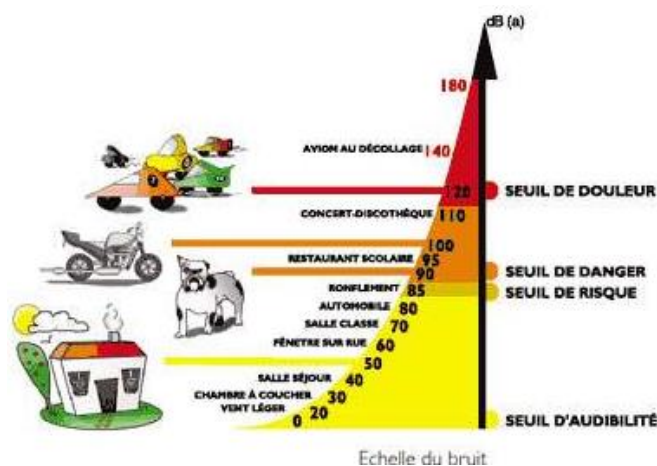
L'énergie et les transports sont au centre des paradoxes du développement durable : tous deux sont indispensables au développement et à la croissance socioéconomique. Mais leur utilisation actuelle engendre des risques inacceptables pour l'humanité : l'épuisement des ressources naturelles non renouvelables (notamment des combustibles fossiles), la dégradation de l'environnement (notamment la pollution atmosphérique), et l'accroissement de la fracture entre pays riches et pays pauvres, en terme d'accès aux services énergétiques.

- **Je ne laisse pas les appareils électriques en veille et j'éteins la lumière quand je quitte une pièce.** En effet, laisser mon téléviseur ou mon magnétoscope en veille peut représenter jusqu'à 70 % de sa consommation totale en électricité.
- **Je module le chauffage en fonction des pièces de la maison** (plus chaud dans la salle de bains et le séjour, moins chaud dans les chambres pendant la nuit).
- **Je dégivre régulièrement mon réfrigérateur avant que la couche de givre n'atteigne 3 mm d'épaisseur,** ce qui me permet d'économiser jusqu'à 30 % de sa consommation d'électricité.
- **J'utilise au maximum la lumière naturelle en plaçant près des fenêtres les plans de travail (cuisine, bureau,..).** L'éclairage représente en moyenne 15 % de ma facture d'électricité (hors chauffage, eau chaude et cuisson). De plus, la consommation d'énergie par habitant des pays de l'OCDE est en moyenne 10 fois supérieur à celle des régions en développement, et presque 4 fois plus que la moyenne mondiale.
- **J'utilise des ampoules basse consommation** qui utilisent 4 à 5 fois moins d'électricité que les lampes à incandescence traditionnelles et qui durent en moyenne 6 fois plus longtemps.
- **Je ne fais fonctionner mon lave-linge ou mon lave-vaisselle que lorsque la machine est remplie** et je choisis de préférence un programme court ou économique car un cycle à 40° consomme 3 fois moins d'énergie qu'un cycle à 90°.
- **J'envisage de construire mon pavillon selon la norme HQE,** qui privilégie des matériaux et des systèmes de chauffage et d'éclairage respectueux de l'environnement. Ce type de logement ne coûte pas plus cher !
- **Je trie mes déchets**

Chaque Français génère, en moyenne, 360 kg de déchets ménagers par an. Les emballages (bouteilles, cartons, boîtes de conserve.) représentent 30 % environ du poids total.

- **Je trie mes déchets (emballages, verre, papier) en tenant compte des consignes.** Si le tri sélectif des déchets n'est pas organisé dans ma commune, je vais les déposer à la déchetterie la plus proche de chez moi. Le recyclage des déchets permet de fabriquer des objets usuels. Ainsi, avec 2 bouteilles en plastique, on peut fabriquer une écharpe.
- **Je dépose à la déchetterie mes restes de peintures, de solvants usagés ou d'huiles usagées,** car 1 litre d'huile peut couvrir une surface de 1000 m<sup>2</sup> d'eau, empêchant ainsi l'oxygénation de la faune et de la flore.
- **Je rapporte mes médicaments inutilisés ou périmés ainsi que leurs emballages chez mon pharmacien.** Je réduits donc les risques d'accident par ingestion de médicaments notamment par des enfants, et je permets aux organismes humanitaires d'intensifier leurs collectes pour les plus démunis. Les déchets issus des médicaments émanant des ménages représentent environ 70 000 tonnes par an, soit 0,3% des déchets ménagers et 1% des déchets d'emballages ménagers.
- **Lors d'un grand nettoyage de ma cave, de mon grenier ou de mon garage, je dépose mes déchets et encombrants dans la déchetterie la plus proche de chez moi.** Il existe 900 déchetteries en France : rapporter ces objets permet de recycler les matières qui les composent et de supprimer les dépôts sauvages. Je participe aux collectes de jouets, livres et vêtements pour les personnes moins favorisées.
- **J'évite de faire du bruit**

Le développement des activités industrielles et commerciales, l'essor de l'urbanisation et des infrastructures de transport, mais aussi l'évolution des comportements, engendrent des nuisances sonores de plus en plus mal ressenties par les citoyens. Ces nuisances sonores perturbent sérieusement les conditions de vie des riverains, en particulier la nuit. Ainsi, 40 % des Français se disent gênés par le bruit (bruit de la circulation pour 33 %, bruits de voisinage pour 30 %, et 12 % pour les bruits de commerces, spectacles.)



*Echelle du bruit réalisé par l'Ademe*

- **Je veille à ne pas détériorer la qualité acoustique de mon appartement** lors de la pose de carrelage ou de parquet à la place d'une moquette.

- **Je place des patins sous les meubles et des plots anti-vibrations sous les appareils électroménagers**, afin de réduire les vibrations transmises par le sol.
- **Je limite le volume sonore, notamment quand j'organise une fête, car non seulement je peux importuner mes voisins**, mais je risque également une amende pour tapage diurne ou nocturne. De plus, les plus jeunes peuvent s' exposer, pendant des durées importantes, à des intensités sonores susceptibles d'entraîner des lésions auditives irréparables.
- **J'évite d'utiliser des appareils bruyants la nuit ou le dimanche.** Une perceuse dégage de 90 à 100 décibels alors que le seuil de gêne est de 60 dB.

## **LES BONS GESTES AU BUREAU**

Les entreprises sont de plus en plus nombreuses à intégrer les préoccupations d'environnement au sein même de leur système de gestion. Les démarches volontaires se traduisent notamment par la mise en place de « systèmes de management environnemental » (SME), dont l'efficacité est de plus en plus fréquemment garantie par la certification ou l'enregistrement. Les « référentiels » disponibles pour vérifier la qualité des SME sont l'ISO 14001 (norme de niveau mondial) et le système communautaire d'Eco-audit (EMAS), qui se sont rapidement développés ces dernières années. Cependant, chaque salarié, à son niveau, peut aussi participer à la préservation de l' environnement.

- **Je respecte les consignes ou conseils donnés dans mon secteur d' activité pour préserver l'environnement.** En effet, dans tous les corps de métiers, des conseils sont donnés pour éviter les pollutions de l'eau et de l'air liées aux produits employés.
- **J'utilise au maximum la lumière naturelle** en plaçant près des fenêtres mon plan de travail (bureau, atelier.).
- **Je ne laisse pas mon ordinateur en veille et j'éteins la lumière quand je quitte mon bureau.** Les bureaux sont parmi les plus gourmands en consommation d'énergie : 180 kWh/m<sup>2</sup> pour le chauffage et 110 kWh/m<sup>2</sup> pour l' électricité (éclairage et bureautique notamment).
- **Je participe et j'incite au tri sélectif des déchets pour permettre le recyclage.** Outre le papier, de nombreux produits sont recyclables dans nos bureaux, comme par exemple, les cartouches d'encre de l'imprimante.



- **Je privilégie le courrier électronique au courrier papier** et j'évite d' imprimer tous les courriers électroniques que je reçois.
- **J'utilise les feuilles de papier mal imprimées comme brouillon.** Il faut savoir que le papier constitue 80 % des déchets produits par une administration.
- **Je propose à mes collègues de bureau de partager la même voiture.** En plus de la diminution de la pollution, le covoiturage divise les frais de déplacements entre les différents occupants du véhicule. Au delà, le défi d' aujourd'hui et de demain est bien de faire évoluer les pratiques de chaque citoyen par le transfert de l'automobile vers des modes de déplacements plus respectueux de l'environnement.

## LES BONS GESTES LORS DE MES DÉPLACEMENTS QUOTIDIENS

Le secteur des transports est à l'origine d'émissions de gaz responsables de pollutions locales (particules fines, plomb, oxydes d'azote et de soufre, composés organiques volatiles), dont les effets sont néfastes pour l'environnement et la santé, sans parler des conséquences préjudiciables sur le climat (gaz à effet de serre), en terme de bruit et d'occupation des sols, en terme de risques et de dommages sociaux (accidents, congestion).

- **Je privilégie les transports en commun, le vélo, le roller, la trottinette ou la marche à pied, surtout si j'ai à effectuer un court trajet en ville.** J'évite ainsi de perdre du temps dans les embouteillages ou dans la recherche d'une place de stationnement souvent payante. Le secteur des transports représente 25 % de la consommation mondiale d'énergie commerciale et utilise la moitié du pétrole produit dans le monde.
- **Si je suis obligé(e) d'utiliser ma voiture, je démarre en douceur pour éviter une surconsommation coûteuse et de forts rejets polluants** et je conduis en souplesse, ce qui représente plus de 40 % d'économie en terme de consommation d'essence et de rejets d'émissions polluantes. Je respecte les limitations de vitesse, ce qui renforce la sécurité routière et réduit aussi la pollution. La consommation annuelle d'essence par les automobiles rapportée au nombre d'habitants reflète une grande disparité entre riches et pauvres. Elle est de 31 litres en Afrique subsaharienne, de 50 litres en Asie, pour atteindre 427 litres en Europe occidentale et 1637 litres en Amérique du Nord !
- **Je propose à mes voisins de partager la même voiture.** Au-delà de la diminution de la pollution, le covoiturage divise les frais de déplacements entre les différents occupants du véhicule et favorise la convivialité. L'homme est responsable de l'accroissement de l'effet de serre (notamment le gaz carbonique) et donc du réchauffement planétaire. Depuis 1900, les concentrations de gaz à effet de serre ont augmenté de 50 %, provoquant un réchauffement de la planète de 0,6° C.
- **Je n'oublie pas de faire contrôler régulièrement ma voiture ou ma moto, notamment le filtre à air et le pot d'échappement.** Une voiture bien réglée représente 20 % de pollution en moins et 10 % de carburant économisé. Par ailleurs, les pots d'échappement « bricolés » génèrent des pétarades qui gênent, notamment la nuit, des dizaines de milliers de personnes dans les grandes villes.

### Le contrôle technique : les périodicités à connaître

	Véhicules particuliers	Véhicules utilitaires légers
Depuis le 01/01/95	véhicule de + de 4 ans tous les 3 ans	véhicule de + de 4 ans tous les 2 ans
A partir du 01/01/96	véhicule de + de 4 ans tous les 2 ans	véhicule de + de 4 ans tous les 2 ans
A partir du 01/01/99		contrôle annuel

(décret Loi sur l'Air 17/08/98) sur le point pollution uniquement

### ***Le contrôle technique : les périodicités à connaître (Ademe***

- **Je fais laver ma voiture dans une station de lavage**, car ce lieu est équipé de circuits d'évacuation des produits de lavage. Cela me permet également d'économiser environ 200 litres d'eau.

## **LES BONS GESTES LORS DE MES ACHATS**

Consommer de manière durable, c'est adopter un comportement de consommation responsable, qui respecte l'environnement ainsi que le travail et la dignité de ceux qui fabriquent les produits.

- **Je fais mes courses avec un panier ou un sac réutilisable**, pour éviter de prendre des sacs en plastique non recyclables.
- **Je privilégie l'achat de produits « durables » ou conditionnés en écorecharges par rapport aux produits jetables** (lingettes, rasoirs, stylos.), qui augmentent la quantité de déchets ménagers. Aujourd'hui, les ménages produisent plus de 26 millions de tonnes de déchets, ordures ménagères et encombrants. Chaque Français produit en moyenne 365 kg de déchets par an, soit 1,5 tonne pour une famille de quatre personnes. De plus, la part des déchets d'emballages représente 50 % en volume et 30 % en poids des déchets ménagers.
- **Je privilégie les produits et matériaux renouvelables et recyclables.** Ainsi, en achetant du papier recyclé, cela permet d'économiser plus de 2 tonnes de bois, 100 m<sup>3</sup> d'eau et 200 kilogrammes de pétrole pour la fabrication d'une tonne de papier. Mieux encore, j'achète les produits issus de produits recyclés.
- **J'achète, dans la mesure du possible, des produits locaux**, ce qui favorise ainsi l'insertion par l'activité économique et des circuits d'acheminement plus courts et plus respectueux de l'environnement.
- **J'achète des fruits et des légumes de saison.** Outre le fait de varier les plaisirs tout au long de l'année, je participe ainsi à une agriculture raisonnée.
- **Je privilégie les produits respectueux de l'environnement porteurs d'un écolabel** (marque NF Environnement et Ecolabel européen).



***La marque NF environnement est destinée à certifier que les produits sur lesquels elle est apposée présentent un impact négatif moindre sur l'environnement, tout en garantissant une qualité d'aptitude à l'usage au moins équivalente à celle d'autres produits analogues sur le marché. Elle concerne à la fois le produit et son emballage.***

*La liste des écolabels NF-Environnement est consultable sur le site des écolabels français (AFNOR)*



*Le label écologique communautaire repose sur le principe d'un "approche globale" qui prend en considération le cycle de vie du produit à partir de la fabrication y compris le choix des matières premières, la distribution, la consommation et l'utilisation jusqu'à l'élimination après usage. Lien vers le site de l'Union Européenne : [écolabel](#)*

- Quand je choisis un nouvel appareil électroménager, je compare les performances environnementales et économiques de chaque marque indiquées sur les étiquettes-énergie (consommations d'eau, d'électricité et niveau sonore).

<b>Peu économe</b>	
<b>Consommation d'énergie</b> <b>KWh/ cycle</b> <small>(sur la base des résultats obtenus pour 24H dans des conditions d'essai normalisées)</small> <small>La consommation réelle dépend des conditions d'utilisation et de localisation de l'appareil.</small>	<b>0,95</b>
<b>Efficacité de lavage</b> <small>A : plus élevé G : plus faible</small>	<b>A</b>
<b>Efficacité d'essorage</b> <small>A : plus élevé G : plus faible</small>	<b>B</b>
<small>Vitesse d'essorage (tr/mn)</small>	<b>1200</b>
<b>Capacité (blanc) Kg</b>	<b>5,0</b>
<b>Consommation d'eau</b>	<b>48</b>
<b>Bruit (dB(A) re 1 pW)</b>	<b>Lavage</b> <b>Essorage</b>
	<b>51</b> <b>65</b>

*Exemple d'étiquette-énergie pour un lave-linge (Ademe)*

- Je privilégie l'achat de produits issus du commerce équitable. Depuis quelques années, le commerce équitable s'impose comme étant une alternative efficace pour réduire les inégalités et redonner à l'homme sa place dans les échanges commerciaux



internationaux. En France, la Plate-forme française du commerce équitable a vocation à regrouper tous les acteurs en garantissant à la fois la promotion et la reconnaissance de ce secteur. Commerce équitable

- **Je veille aux matériaux utilisés pour la fabrication de certains produits.** En effet, l'utilisation de bois exotiques pour l'ameublement conduit à la désertification de certaines zones du globe.

J'achète donc des bois d'essence locale ou issus d'exploitations forestières maîtrisées (comme par exemple, le label FSC).

- **Si j'achète de nouvelles piles, je pense à prendre mes piles usagées pour les déposer dans les bornes de collecte prévues à cet effet.** Près de 750 millions de piles et accumulateurs sont mis chaque année sur le marché français.
- **A la banque, je privilégie les placements éthiques .**