

16. Je fais les courses près de chez moi en limitant les emballages.

La pollution et les nuisances seraient 4 fois moins grandes si les consommateurs fréquentaient les commerces de proximité.

17. Je choisis les produits réutilisables.

Par nos achats, choisissons des articles réutilisables plutôt que jetables. Une pile jetée dans la nature pollue 400 litres d'eau et 1 mètre cube de terre pendant 50 ans.

18. J'achète des produits labellisés.

Privilégions les labels, comme « NF Environnement », ou « l'éco-label européen » car ils sont plus respectueux de l'environnement.

19. Je fabrique du compost.

Les déchets organiques représentent 30 % de nos déchets immédiatement valorisables. Le compost, fait à partir de résidus organiques, est un formidable engrais.

20. Je fais le tri sélectif pour lutter contre l'incinération.

Trier ses déchets, c'est les valoriser. Nous pouvons réduire de près de 70 % la quantité de déchets incinérés.



**Les Amis
de la Terre**

Les Amis de la Terre groupe Rhône
MRE, 32 rue Sainte Hélène - 69002 Lyon
Courriel : rhone@amisdelaterre.org
Site internet : www.amisdelaterre.org

20 éco-



gestes

...pour agir au quotidien



**Les Amis
de la Terre**



1. Je préfère les transports en commun, le vélo, la marche à la voiture et je pratique le covoiturage.

Une voiture consomme 15 fois plus qu'un tramway. Pour de plus longues distances, préférons systématiquement le train.

Le taux moyen d'occupation d'un véhicule est de seulement 1,22 personnes.

2. Je proscriis l'avion pour les distances inférieures à 1.000 kms.

L'avion est le transport le plus polluant.

3. Je proscriis la climatisation.

La climatisation en voiture contribue à l'effet de serre à cause des fuites du fluide frigorigène et de la sur-consommation de carburant qu'elle entraîne.

4. J'améliore mon chauffage.

Mettre un tricot et baisser le thermostat la nuit et lors de nos absences permet de réduire d'1/4 notre consommation d'énergie.

5. J'isole mon logement.

Une bonne isolation permet de conserver la chaleur en hiver et de garder la fraîcheur en été. Nous évitons ainsi de dépenses de chauffage et de climatisation.

6. Je débranche les appareils électriques après utilisation.

En veille, les appareils consomment jusqu'à 80% de leur consommation totale. Il suffit de les relier à une multi-prise à interrupteur pour les éteindre tous en un seul geste.

7. J'opte pour des ampoules basse consommation.

Les ampoules basse consommation consomment 5 fois moins d'électricité que les ampoules à incandescence et durent 10 fois plus longtemps.

8. Je choisis des appareils électroménagers économes.

Un appareil de classe A consomme 3 fois moins qu'un modèle de classe C.

9. Je choisis l'énergie solaire : chauffage, électricité, cuisson.

Une installation solaire se rentabilise en moyenne sur 10 ans, alors que sa durée de vie dépasse généralement 25 ans. Des aides financières permettent de réaliser les installations.

10. J'utilise du papier recyclé et j'imprime en recto/verso.

L'industrie papetière consomme 40 % du bois exploité commercialement. Imprimons en recto/verso pour réduire de moitié notre consommation de papier.

11. Je m'intéresse aux choix politiques contre l'effet de serre.

limiter drastiquement la circulation automobile amène une réduction des émissions de dioxyde de carbone, du bruit et des accidents de la circulation.

12. J'achète des meubles de jardin en bois local ou certifié FSC.

Je contribue ainsi à contrer la destruction sauvage des forêts tropicales.

13. J'économise l'eau.

Je fais attention à ne pas laisser couler l'eau. Je préfère les douches aux bains. Je préviens les fuites d'eau. Je réduis la consommation de la chasse d'eau.

14. Je privilégie les produits locaux, de saison.

Acheter des fruits et légumes de saison garantit qu'ils ne sont pas soumis aux heures de transports, à la réfrigération, aux conservateurs chimiques ou cultivés dans des pays où leur culture détruit les cultures vivrières.

15. Je limite ma consommation de viande et produits laitiers.

Les animaux entraînent occupation importante d'espace, consommation excessive d'eau, et pollution supplémentaire au sol et par gaz à effet de serre.

