édition 2019

LE GUIDE ÉCOLOGIQUE DE Villeneuve de la Raho

Ville Éco-Citoyenne

VILLENEUVE de la Raho

Edito

Chères Villeneuvoises,
Chers Villeneuvois,

La municipalité s'est inscrite dans un projet de développement durable, en votant en 2016 un engagement à participer à l'Agenda 21 de Perpignan Méditerranée Communauté d'Agglomération.
L'éco-citoyenneté est pour l'équipe municipale une préoccupation et une exigence de tous les jours.
Chaque habitant peut agir pour des actions durables à la portée de tous. Ensemble nous pouvons préserver, économiser les ressources naturelles et vivre autrement.
De façon positive et collective, nous pouvons minimiser notre impact sur l'environnement, réduire les déchets, privilégier les produits réutilisables, réparer au lieu de jeter, diminuer notre consommation d'électricité, opter pour des transports écologiques (vélo, marche à pied, covoiturage, transports en commun…) composter les déchets et encore stopper les pesticides dans les jardins…
Cette évolution nous ouvre une façon nouvelle d'envisager nos modes de vie en prenant soin de l'environnement en le respectant et en l'embellissant afin d'assurer sa pérennité. Car ce qui est bon pour la planète est bon pour notre santé et pour notre bien vivre ensemble sur terre.
La solution viendra de chacun de nous en tant que citoyen, mais surtout en tant qu'humain.

Jacqueline IRLES
Maire de Villeneuve de la Raho

Régie Publicitaire : Groupe Editions Municipales de France - Immeuble le Giulia - 825 rue André Ampère - CS 10511 - 13593 Aix-en-Provence Cedex 3
Tél. : 04 42 97 50 30 - Fax 04 42 97 62 04 - Email : accueil@emf-editions.fr - Site : www.emf-editions.fr
Impression : Imprimerie spéciale du Groupe Editions Municipales de France - **Dépôt légal :** 2019

Centre Chiropratique et bien-être du Roussillon

Adeline POUJOL
& Perrine Groussac
7 allée du comité de Baixas
66330 Cabestany
04 68 29 68 69
www.chiropratique-roussillon.com

Marre du mal de dos : La chiropraxie, la réponse à vos problèmes de santé

Plus d'un français sur deux souffre du dos, un mal quotidien pour des millions de personnes. Le dos, ou plus précisément la colonne vertébrale est l'élément clé de notre organisme assurant la stabilité de l'ensemble du squelette et la protection du système nerveux : l'arbre de vie de notre corps. Faisons le point sur la chiropraxie reconnue comme la thérapie de référence dans les problèmes de dos et des articulations.

La chiropraxie est la première profession de santé manuelle qui consiste à détecter, corriger et prévenir les troubles de la colonne vertébrale et leurs conséquences sur la santé au travers de l'intégrité du système nerveux : une approche naturelle qui n'a recours ni aux médicaments ni à la chirurgie. Le système nerveux contrôle la douleur, facteur déterminant dans le bien être global.

Le corps humain est capable de se réguler de manière naturelle. Or la présence de blocages ostéo-articulaires au niveau de la colonne vertébrale va entrainer un déséquilibre de cette dernière. Ceci va générer des irritations nerveuses et empêcher l'information de circuler normalement aux différentes parties du corps, créant arthrose et divers symptômes comme : cervicalgie, maux de tête, migraine, lombalgie, sciatique, trouble digestif, douleurs articulaires, trouble du sommeil, stress ... C'est là que le chiropracteur intervient.

Une approche naturelle et sécuritaire, non médicamenteuse :

Par des ajustements doux et sécuritaires, le chiropracteur corrige ces blocages afin de permettre au corps de retrouver un équilibre via un système nerveux libre, dans le but de soulager les douleurs et d'amener à un bien-être physique et émotionnel.

La chiropraxie pour tous : L'ajustement est adapté à chaque personne : du nourrisson aux séniors, en passant par la femme enceinte et le sportif de haut niveau. Tous y trouvent un réel intérêt en matière de santé.

Une profession reconnue :

- Réglementée dans plus de 40 pays comme thérapie de première intention (sans avis médical préalable).
- Une formation de 5 années d'études à plein temps (soit 5500 heures dont 1000 de stages cliniques) garantissant qualité et sécurité des soins dispensés
- Reconnue par l'OMS et par le code de la santé publique, la prestation est remboursée par la plupart des complémentaires santés.

NOS ENGAGEMENTS
POUR L'ENVIRONNEMENT

Développement durable :

Quotidiennement, chacun d'entre nous peut contribuer à la promotion du développement durable et à la protection de l'environnement en effectuant des gestes simples.

Dans tous les domaines (économie d'eau et d'énergie, réduction des déchets, préservation de la nature, etc…), adoptons ces habitudes qui ont un réel impact sur notre environnement.

Les engagements municipaux :

ECONOMISER L'ÉNERGIE :

- réduire la consommation d'énergie pour avoir un impact plus faible sur l'environnement et économiser les ressources.
- Réduire les coûts financiers
- Agir sur les comportements des utilisateurs et des associations

PRÉSERVER LA RESSOURCE EN EAU :

- Mise en place de plantes économes en eau
- Optimiser l'arrosage des pelouses et des stades
- Mise en œuvre de l'arrosage des jardins par l'eau de surface du lac
- Réutiliser les eaux traitées de la station d'épuration pour l'arrosage du golf
- Réduire les coûts financiers de consommation d'eau

TRAITEMENTS DES ESPACES VERTS :

- Plantation des végétaux sur bâche textile
- Tonte des pelouses sans ramassage d'herbe
- Abandon des produits phytosanitaires
- Désherbage thermique

VILLE DURABLE

En adoptant en 2014 son Agenda 21, la commune s'est engagée à développer son territoire de façon durable sans compromettre celui des autres populations et des générations futures.

Différents objectifs traduisent cette volonté forte, parmi ceux-ci : la préservation et la gestion durable des ressources de son territoire (énergie, biodiversité, déplacement, air, climat).

La municipalité a mis en place un programme d'actions concrètes mettant en œuvre le développement durable au sein de la collectivité comme sur tout le territoire.

Ce programme d'actions Agenda 21 répond aux cinq finalités identifiées par le cadre de référence national, suivant les spécificités du territoire.

1. *Lutte contre le changement climatique et protection de l'atmosphère*
2. *Préservation de la biodiversité, protection des milieux et des ressources*
3. *Epanouissement de tous les êtres humains*
4. *Cohésion sociale, solidarité entre territoires et entre générations*
5. *Dynamique de développement suivant des modes de production et de consommation responsables.*

Actions mobilités du territoire :

Le déplacement de personnes est la principale source d'émissions de gaz à effet de serre sur le territoire.

Le transport est le premier secteur consommateur d'énergie du territoire. A ce titre la commune s'est engagée à développer des modes de déplacements doux.

- *Réalisation et création de pistes cyclables et piétonnes.*
- *Dans le cadre du Grenelle de l'environnement, la commune a installé une borne de recharge pour les véhicules électriques accessible au public.*
- *Mise en ligne de divers documents administratifs internes à télécharger sur notre site internet pour éviter le déplacement des administrés en mairie.*
- *Création d'un coin cuisine dans les différents services de la collectivité pour limiter le retour des agents salariés à la pause déjeuner.*
- *Ces actions ont été validé par l'ADEME (Agence de l'Environnement et de la Maitrise de l'Energie). La commune a obtenu le label Eco mobilité.*

Depuis 1485, la famille Jonquères d'Oriola produit des vins d'excellence au château de Corneilladel Vercol, un des hauts lieux culturels et historique du patrioine catalan.

Le Château de Corneilla del Vercol à été bâti au XIIIème siècle par les Templiers. Philippe et William Jonquères d'Oriola perpétuent aujourd'hui une tradition viticole familiale depuis 1485 en préservant un terroir unique. Aujourd'hui, William a repris le domaine, il représente la 27ème génération de vignerons et allie tradition ancestrale et dernières techniques de vinification. Cette exigence de perfection se traduit aujourd'hui par des vins primés dans les plus grands concours nationaux et internationaux.
Le domaine veille au quotidien à préserver l'environement grâce au label **Haute Valeur Environnementale** ainsi que la culture de 6000 Oliviers en **Agriculture Biologique** (Huile d'Olive Vierge Extra Bio).

CERTIFIÉ AB AGRICULTURE BIOLOGIQUE

Philippe et William Jonquères d'Oriola
26 et 27ème Générations de Vigneron

Portrait de Vigneron : Philippe Jonquères d'Oriola

Quelle est la superficie de votre vignoble ?
Et sur Villeneuve de la Raho ?
Aujourd'hui nous exploitons 80 hectares de vignes localisées entre Bages et Canet en Roussillon en passant par Villeneuve de la Raho (9 hectares) et Corneilla del Vercol.

Que veut dire Haute Valeur Environnementale ?
Ce label traduit la prise de conscience de l'impact de l'Homme et de la culture de la vigne sur l'environnement et vise à préserver la terre pour les générations futures.

Quel est l'impact sur la Biodiversité?
Le viticulteur est le garant de la biodiversité en prenant soins des haies, aux cours d'eau il préserve la faune et la flore naturelle de notre région.

Utilisez vous des Engrais?
Conscients de l'impact des engrais sur l'environnement et la santé, nous labourons et désherbons la totalité de notre vignoble de manière mécanique. Les engrais utilisés sont des engrais organiques (labélisés bio), afin de développer une vie microbienne et donc une meilleure préservation des sols.

Avec ces épisodes caniculaires, comment gérez-vous les ressources en Eau?
Le devoir de préservation et de partage de l'eau entre les différents acteurs présents sur le territoire est un impératif. C'est pourquoi nous avons mis en place une irrigation goutte à goutte de nuit afin de minimiser l'évaporation et la perte de cette denrée précieuse. Depuis 2 ans nous avons investi dans une station météorologique, ce qui nous permet de traiter les données climatiques avec précision afin d'optimiser et préserver les ressources en eau.

Venez déguster nos vins et notre huile d'olive toute l'année dans notre cave
Jonquères d'Oriola Vignobles - Château de Corneilla del Vercol
3 rue du château - 66200 Corneilla del Vercol
04-68-22-73-22 www.jonqueresdoriola.fr

vigneron indépendant

CIVR Vins du Roussillon

LUTTE CONTRE LE MOUSTIQUE TIGRE

Le moustique tigre, apparut en France métropolitaine depuis 2004, est désormais implanté et actif dans les 13 départements de la région Occitanie et dans 51 départements en France. Le moustique exotique (Aedes albopictus) qui a su s'adapter à notre climat, fait aujourd'hui l'objet d'une surveillance renforcée par les autorités sanitaires en raison de sa capacité à transmettre les virus de la Dengue, du Zika et du Chikungunya.

Vivre avec le moustique tigre

COMMENT LE RECONNAÎTRE ?

- *Il est très petit (environ 5 mm) avec des rayures noires et blanches sur le corps et les pattes et une bande blanche qui part de la tête et rejoint le thorax*
- *Son caractère anthropophile (qui aime les lieux habités par l'homme) le fait évoluer essentiellement en milieu urbain*
- *Il pique le jour et principalement le bas des jambes*

COMMENT AGIR CONTRE LUI ?

- *Le moustique tigre ne peut être éradiqué y compris par des traitements chimiques. Ses œufs résistent au manque d'eau et aux températures hivernales, ce qui permet un maintien des populations jusqu'au printemps suivant.*
- *En complément des actions publiques, chacun de nous se doit d'agir à son niveau en adoptant les bons réflexes.*

SE PROTÉGER

- *Porter des vêtements couvrants et amples et les imprégner d'insecticide pour tissu*
- *Appliquer sur la peau découverte des produits anti- moustiques*
- *Dormir sous une moustiquaire imprégnée d'insecticide*
- *Quand c'est possible, brancher la climatisation ou les ventilateurs ; le moustique tigre à horreur des endroits frais et ventilés.*

• PASSEPORT POUR •

l'eco®

CITOYENNETÉ

Sommaire

4 AIR, NATURE, CLIMAT
7 BRUIT ET NUISANCES
8 CONSOMMATION
11 DECHETS ET RECYCLAGE
15 EAU
17 HABITAT ET URBANISME
23 JARDIN ET AGRICULTURE
24 PRODUITS CHIMIQUES
25 SANTE
26 SENSIBILISER ET EDUQUER
27 TRANSPORTS
29 AGENDA 21
30 DEVELOPPEMENT DURABLE
31 JOURNEE MONDIALE DE L'ENVIRONNEMENT

RÉDACTION : Marc DEULCEUX

CRÉATION GRAPHIQUE : Fabien RENOULT

CONCEPTION / ÉDITION / IMPRESSION :

P.V.G. MÉDIAS

Sas au capital de 8.191.590€
RCS Antibes 814410980

Tous droits intellectuels réservés.
Reproduction interdite sans autorisation de l'Éditeur.

Imprim'Vert — Papier recyclé — La Clairière des LIVRES

• PASSEPORT POUR •

l'eco® CITOYENNETÉ

Édito

Les espèces animales et végétales diminuent de façon très inquiétante.
Le réchauffement climatique menace l'humanité…
Cette situation, l'être humain en est le seul responsable…

Des solutions existent pour éviter le pire : collectives et individuelles. Heureusement, les initiatives en faveur de la protection de l'environnement sont nombreuses partout sur le globe. Mais le temps presse pour la planète…

Ce Passeport de quelques pages n'est pas exhaustif mais il définit les mots les plus utilisés, rappelle les principaux gestes « éco-citoyens » et donne aussi quelques conseils pratiques à mettre en application immédiatement et sans modération.

Chacun doit changer ses habitudes de vie et de consommation afin que les hommes peuplant le monde aujourd'hui puissent transmettre une planète vivable, aux ressources naturelles préservées, à ceux qui l'habiteront demain.

Tout au long des textes et illustrations, quelques citations d'une réelle pertinence, incontestables vérités intellectuelles, sont égrainées afin de stimuler l'esprit et faire naître dans l'âme de chaque lecteur l'indispensable éco-citoyen qui sommeille en lui !

Bonne lecture à toutes et tous.

L'Éditeur.

Éco-citoyen

Personne qui a décidé d'intégrer la protection de l'environnement dans sa vie quotidienne et qui participe, dans cet objectif, aux choix politiques de sa municipalité.

l'éco CITOYENNETÉ 2019 - 2020

AIR, NATURE, CLIMAT

Arbres : ils jouent un rôle essentiel pour la survie de l'humanité. Les arbres purifient l'atmosphère en absorbant du gaz carbonique… c'est le principal point que tout le monde connaît ! Leurs bienfaits dans les milieux urbains sont inestimables ! Promenez-vous une dizaine de minutes sur Internet afin de lire sur les arbres et vous ne regarderez plus jamais l'un d'entre eux de la même manière ! Vous réaliserez aussi les terribles conséquences de la déforestation.

> Un Homme qui n'est pas informé est un sujet, un homme informé est un citoyen.
>
> Alfred Sauvy

Biodiversité : dans un milieu donné, la diversité des espèces vivantes *(micro-organismes, végétaux, animaux)*. À respecter sans compromis !

Biomasse : matières organiques qui peuvent devenir des sources d'énergie.

Carboneutre : Ce qui reduit les émissions de gaz à effet de serre dans l'atmosphère et compense les émissions qui n'ont pu être réduites par des gestes de développement durable.

Changement climatique : Le changement climatique designe la variation du climat, qu'il soit plus chaud ou plus froid. Ses conséquences peuvent être désastreuses ! L'activité humaine est à l'origine du réchauffement actuel qui inquiète beaucoup les scientifiques. Le pire scénario : avec 12 milliards d'habitants sur Terre, un réchauffement de 5 degrés mènerait à l'extinction totale des espèces en 2100. Le meilleur scénario : chaque humain réagit maintenant.

CO_2 : le tristement célèbre dioxyde de carbone ! Il est le principal gaz à effet de serre. D'une **durée de vie de 100 ans dans l'atmosphère**… 70 à 90% des émissions de dioxyde de carbone en France proviennent de la combustion des carburants. Voilà pourquoi **les voitures électriques doivent être priorisées ainsi que les transports en commun**, le covoiturage… Chaque année, la qualité de l'air extérieur est à l'origine de presque 4 millions de morts dans le monde.

COV : composés organiques volatils. Voir « Particules fines ».

Décarbonisation : mesures techniques permettant de réduire les émissions de CO2.

Décroissance verte : reduction de la dépendance, le plus vite et le plus efficacement possible, à l'énergie fossile pour donner une chance à la planète de se remettre des dégâts causés par l'activité humaine. Remettre en cause la croissance économique afin de prendre davantage soin des ressources naturelles.

Développement durable : l'art de poser chacune de nos actions en pensant à l'avenir… Il s'agit d'une conception de la croissance économique sur le long terme qui intègre les contraintes environnementales et sociétales. En résumé, c'est prendre soin du monde d'aujourd'hui afin de le transmettre dans le meilleur état possible aux générations futures. Mille et un petits gestes à tous les niveaux chaque jour pour tout le monde !

Dioxyde de carbone : voir « CO2 ».

Écolomie : concept qui a pour but d'informer les acteurs économiques sur les actions à mener afin de protéger les ressources naturelles de la planète dans le cadre d'un projet de développement durable. Le saviez-vous ? Si chaque année tous les terriens consommaient comme les Américains, il faudrait cinq planètes pour répondre à leurs besoins… Nous n'en avons qu'une !

Énergies renouvelables : solaire photovoltaïque ou thermique, éolienne, marine, biomasse, géothermie… les énergies renouvelables sont inépuisables et issues des éléments naturels : *soleil, vent, chutes d'eau, marées, chaleur de la Terre…* Leur exploitation est très peu polluante mais malheureusement insuffisante.

Éolien : les aérogénérateurs, entraînés par le vent, fabriquent des dizaines de millions de mégawattheures **sans aucune pollution**.

Gaz à effet de serre (GES) : le processus est celui-ci *(Source : dictionnaire-environnement.com)* : « Les Gaz à Effet de Serre *(GES)* sont les gaz qui absorbent une partie des rayons solaires en les redistribuant sous la forme de radiations qui rencontrent d'autres molécules de gaz, répétant ainsi le processus et créant l'effet de serre, avec augmentation de la température. L'augmentation de la concentration des gaz à effet de serre dans notre atmosphère terrestre est l'un des principaux facteurs à l'origine du réchauffement climatique. » La Chine est le premier producteur mondial de GES devant les États-Unis… La Chine est aussi le leader mondial des énergies propres.

Gaz naturel : utilisé pour le chauffage et l'eau chaude, le gaz naturel ne provient pas de la transformation d'une autre énergie. Il est issu de la décomposition de matières organiques en sous-sol. Économique, propre et sûr, cet hydrocarbure est moins polluant que le pétrole et le charbon car moins chargé en dioxyde de carbone *(CO2)*.

Géothermie : une énergie propre et inépuisable qui exploite la chaleur du sous-sol terrestre. Cette solution énergétique est un excellent choix pour se chauffer ou créer de l'électricité.

GIEC : Groupe d'Experts Intergouvernemental sur l'Évolution du Climat. Il a été créé par l'Organisation Météorologique Mondiale et le Programme des Nations Unies pour l'Environnement.

Particules fines : elles sont tellement petites qu'elles peuvent passer à travers un masque et aller se loger au plus profond des alvéoles de vos poumons ! C'est pourquoi, chaque jour, **il faut aérer votre logement**, faire les poussières… Une étude américaine a montré que la poussière des habitations contient de très nombreux produits toxiques dont plusieurs sont cancérigènes ! Et d'autres des perturbateurs endocriniens ! On parle de produits de nettoyage, de produits cosmétiques, d'ameublement… Il existe, dans le commerce, des appareils capables de mesurer la quantité de particules fines et de composés organiques volatils chez vous.

Photosynthèse : les plantes absorbent le gaz carbonique de l'air et rejettent de l'oxygène. Pas de plantes, pas de vie !

Pollution de l'air : le 2 mai 2018, l'OMS *(Organisation Mondiale de la Santé)* diffuse des chiffres effrayants… l'air extérieur est responsable de 4,2 millions de morts chaque année *(en augmentation)* dans le monde ! L'air intérieur : 3,8 millions *(en diminution)* ! Plus de 50% des décès ont lieu en Asie du sud-est et dans le Pacifique occidental comprenant la Chine. Les premières victimes sont les enfants. En France, les chiffres sont moins élevés mais dépendent de votre localisation… Commandez un diagnostic à un professionnel de la qualité de l'air afin d'améliorer votre lieu de vie mais également votre espérance de vie.

Qualité de l'air : nous vivons à l'intérieur plus souvent *(80% du temps)* qu'à l'extérieur. Il faut chaque jour aérer un bon quart d'heure votre domicile pour chasser l'air usagé et le remplacer. L'air intérieur contient toutes sortes de particules nocives issues de nos activités domestiques comme celles contenues dans les produits d'entretien chimiques *(il en existe des biologiques)*… Changer l'air quotidiennement est aussi important quand on est malade. En voiture, c'est la même chose… Le non-renouvellement de l'air cause des maux de têtes. Beaucoup d'entreprises se sont spécialisées dans la qualité de l'air et sont capables de faire le diagnostic de votre domicile pour en améliorer les conditions de vie. Pour lire sur le sujet : visitez le site de la Fédération Atmo. Décorez vos pièces avec des plantes dépolluantes ! Munissez-vous d'un capteur d'air qui vous alertera lorsque votre air sera saturé.

> « Mieux vaut prendre le changement par la main avant qu'il ne nous prenne par la gorge.
>
> Winston Churchill

Réchauffement Climatique : le réchauffement climatique, réchauffement planétaire, réchauffement global ou dérèglement climatique est le phénomène d'augmentation des températures moyennes océaniques et de l'air, induit par la quantité de chaleur piégée à la surface terrestre, mesurée depuis plusieurs décennies, du fait des émissions de gaz à effet de serre *(CO2, etc.)*. Ce terme désigne communément le réchauffement mondial observé depuis le début du XX[e] siècle. On rencontre fréquemment l'expression « changement climatique » utilisée pour désigner le réchauffement climatique, alors qu'en principe le changement climatique désigne les épisodes de réchauffement ou refroidissement d'origine naturelle qui se sont produits avant l'ère industrielle. En 1998, l'ONU crée le Groupe d'experts intergouvernemental sur l'évolution du climat *(GIEC)* pour synthétiser les études scientifiques sur le climat. Dans son quatrième rapport, auquel ont participé plus de 2 500 scientifiques de 130 pays, le GIEC affirme que le réchauffement climatique depuis 1950 est « très probablement » dû à l'augmentation des gaz à effet de serre liés aux activités humaines *(d'origine anthropique)*. Les conclusions du GIEC ont été approuvées par plus de quarante sociétés scientifiques et académies des sciences, y compris l'ensemble des académies nationales des sciences des grands pays industrialisés.

Source : Wikipédia

Ressources naturelles : elles ne sont pas infinies ! Il faut en prendre soin et agir toujours selon le respect du concept de développement durable afin d'assurer aux générations futures un monde vivable. Il faut bannir la surconsommation et faire de chaque choix un choix responsable pour commencer puis éduquer les enfants sur cette base car ils sont les adultes de demain.

Taxe carbone : taxe environnementale sur les émissions de gaz à effet de serre basée sur le principe « pollueur-payeur ». Le but est de contrôler le réchauffement climatique.

Transition énergétique : volonté de changement profond dans le mode de production de l'énergie. Grâce aux énergies renouvelables *(propres)*, on veut réduire la dépendance du monde aux combustibles fossiles comme le pétrole et le charbon car ils sont responsables du réchauffement climatique et de ses terribles conséquences sur l'environnement.

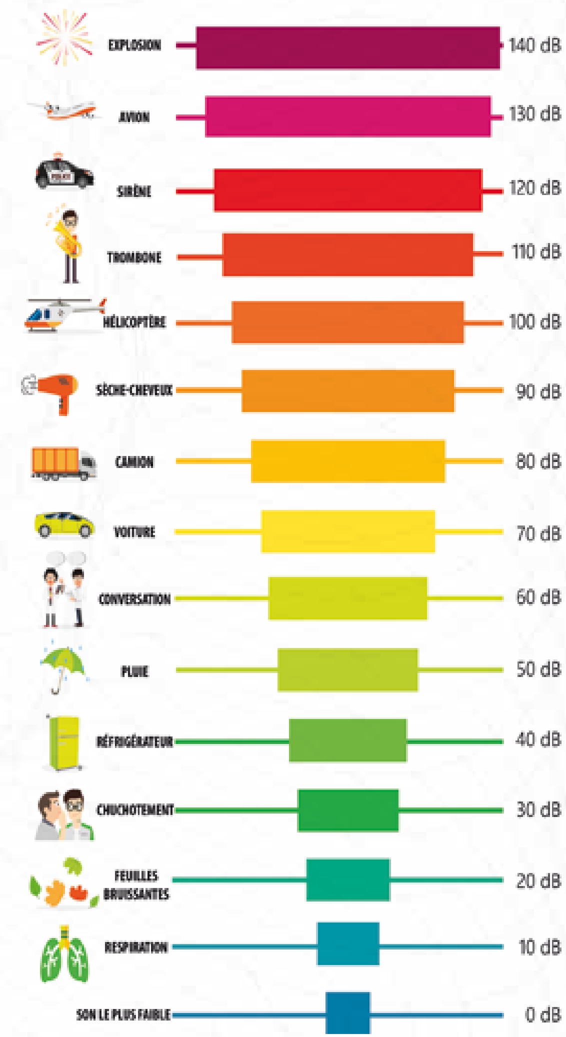
> « Le monde déteste le changement. C'est pourtant la seule chose qui lui a permis de progresser !
>
> Charles Kettering

BRUIT ET NUISANCES

Décibels : unité de puissance sonore.

- 85 décibels = nocif pour la santé.
- 110 décibels = intolérable, dégradation rapide de l'audition.
- 140 décibels : quelques minutes mènent à des dommages irréversibles tels que la surdité ou les acouphènes (sifflements).

Discothèques, baladeurs, concerts : la loi autorise 100 à 102 décibels, ce qui est déjà trop, mais la loi n'est pas toujours respectée…
Respectez vos oreilles et celles de vos voisins !



Nuisance : on ne veut pas en subir de la part des autres, quelle que soit leur nature, et les autres ne veulent pas en subir de notre part. La liberté des uns se terminant là où commence celle des autres, le meilleur voisinage consiste à se respecter en toute occasion. Bien sûr, les nuisances peuvent se présenter sous différentes formes : une grosse affiche publicitaire devant votre fenêtre, une entreprise proche de vous très bruyante, un restaurant qui émet des odeurs dont on se passerait bien… Selon le cas, dirigez-vous vers la source de la nuisance et si nécessaire vers votre municipalité afin qu'un contrôle soit effectué et une solution trouvée.

Pollution sonore : respecter vos voisins fait partie du « bien vivre ensemble ». Il y a des lois à ce sujet et la police peut intervenir en cas d'incivisme. Il ne faut d'ailleurs pas hésiter à l'appeler car ces situations sont insupportables et leurs auteurs méritent d'être sanctionnés sévèrement. Une entreprise proche de vous peut aussi représenter un cas de cette nature et vous devez déclarer cette atteinte à votre qualité de vie. Même chose si la circulation est très dense *(bruyante)* sous votre fenêtre… La pollution sonore perturbe le sommeil et le comportement des humains et des animaux.

CONSOMMATION

Achat local : la meilleure attitude pour préserver l'environnement et pérenniser l'économie de proximité. Favoriser les commerces proches de chez vous, c'est perpétuer la vitalité de votre ville, village ou quartier et améliorer la qualité de vie de votre entourage. C'est aussi l'occasion de se déplacer à pieds, à vélo, à trottinette… ce qui est bon pour votre santé car **nous avons tous besoin de 30 minutes d'activité physique par jour**. L'achat local est donc un bienfait pour votre santé !

Alimentation : **produits locaux**, fruits et légumes de saison, agriculture biologique, commerce équitable, aliments les moins transformés possibles… tout ce qui est bon pour l'environnement est bon pour votre santé ! Emballages/conditionnements écologiques, bien sûr.
Dans votre assiette, moitié légumes, un quart protéines, un quart féculents.

> L'utopie d'aujourd'hui,
> c'est la réalité de demain.
> Victor Hugo

Certification biologique : elle est mentionnée sur l'emballage des produits qui l'ont obtenue en récompense d'une technique de fabrication respectueuse de l'environnement et de la santé sans produits chimiques ni OGM, notamment.

Commerce équitable : il s'agit d'une méthode dans laquelle l'égalité, la transparence et le respect sont au cœur des échanges humains. L'objectif est de réduire les inégalités en rétribuant les producteurs à leur juste valeur. Souvent les produits d'alimentation équitables sont aussi biologiques. C'est pourquoi leur consommation est doublement recommandée.

Congélateur : vérifiez toujours que le joint collé sur la porte est bien étanche afin d'éviter la surconsommation d'électricité. Pour le vérifier, c'est facile : une plaque de glace se crée sur la surface du bas lorsque le joint est hors d'usage. Plus elle est épaisse, moins le joint est étanche ! Il faut enlever cette plaque de glace sans rayer le congélateur et changer le joint pour revenir à une consommation normale. Une telle plaque de glace peut faire baisser la température du réfrigérateur qui dès lors ne conserve plus les aliments comme il le devrait.

Consommation responsable : par opposition à la surconsommation, ce choix de vie est une prise de conscience écologique. Les ressources naturelles de la planète ne sont pas illimitées ! L'intérêt pour le commerce équitable et les achats de produits biologiques viennent avec, les achats de proximité également car ils produisent peu ou pas de gaz à effet de serre. Les qualités de vie personnelle et collective forment l'objectif de cet engagement civique. Achetez des produits vendus au format familial. Évitez les produits dont les emballages sont surdimensionnés.
Achetez made in France.

Date de durabilité minimale (DDM) : date après laquelle on peut encore consommer un produit sans danger pour sa santé. Il aura juste perdu en goût ou en qualité nutritionnelle.

Date limite de consommation (DLC) : date après laquelle **il ne faut pas consommer** un produit car il est dangereux pour votre santé. Portez une attention toute particulière aux médicaments.

Diagnostic de performance énergétique (DPE) : un professionnel se déplacera chez vous pour faire l'évaluation de la performance énergétique de votre logement. Ce document est obligatoire à l'occasion de la vente ou la location d'un logement mais il est aussi recommandé pour analyser, améliorer et optimiser votre situation.

Domotique : le concept de la maison intelligente ne date pas d'hier ! Sécurité, confort, communication et respect de l'environnement… Un habitat programmé pour consommer de manière responsable *(chauffage, éclairage, consommation d'eau…)*. La maison éteint toute seule la lumière de la pièce lorsque votre enfant n'y est plus, par exemple… Les applications sont très nombreuses et permettent de réduire le gaspillage énergétique très concrètement. C'est ce qu'on appelle un investissement responsable !

Douche : toujours mieux qu'un bain ! Une bonne douche réveille, met de bonne humeur et surtout consomme beaucoup moins d'eau ! Alors que le bain endort et ramollit. Le pommeau de votre douche, avec ses différents types de jets, permet un véritable massage du corps ! C'est vivifiant, bon pour la santé et l'état d'esprit !

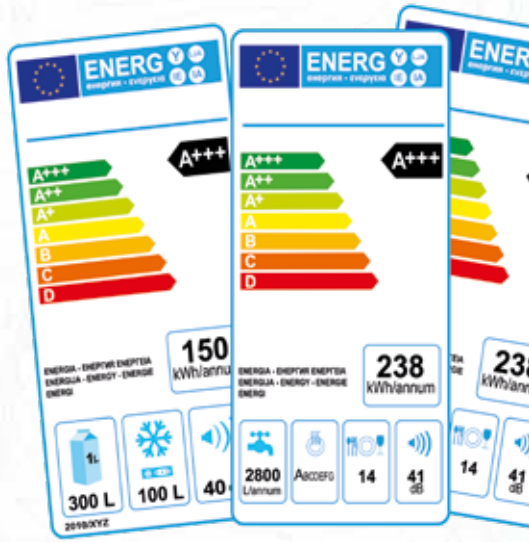
Éco-énergétique : par opposition à « énergivore ».

Éco-responsabilité : gestion responsable et citoyenne des achats. Nous sommes tous concernés car chaque petit geste compte pour transmettre à nos enfants un monde vivable.

> Une société qui survit en
> créant des besoins artificiels pour
> produire efficacement des biens de
> consommation inutiles ne paraît pas
> susceptible de répondre à long terme
> aux défis posés par la dégradation
> de notre environnement.
> Pierre Joliot-Curie

Emballages : prévoyez toujours vos propres sacs réutilisables afin d'éviter les emballages que les magasins vous donnent ou vous vendent lors de vos achats. Lorsque vous faites vos courses, assurez-vous que les produits de votre chariot sont éco-responsables et que vous pourrez recycler leur emballage facilement. Préférez les formats familiaux… un grand pot de yaourt au lieu de 12 petits pots ! De retour à la maison, constatez le volume d'emballage produit par vos courses avec le projet d'en avoir moins la prochaine fois. Réutilisez ceux qui peuvent l'être…

Étiquettes-énergie : fiches résumant les performances énergétiques *(et sonores)* d'un produit. Les comparer avant d'acheter *(un sèche-linge ou tout autre appareil énergivore, par exemple)* est une excellente idée car elles nous informent sur leur capacité à respecter l'environnement…



Fruits : pour éviter de polluer l'air davantage, consommez des fruits de saison produits près de chez vous ! C'est meilleur pour votre santé… C'est même recommandé ! Les professionnels de proximité vous remercieront et l'économie locale ne s'en portera que mieux ! Les fraises, les framboises, les pommes : certains producteurs offrent la possibilité d'en faire vous-même la cueillette. En famille, un jour de beau temps, l'activité familiale est très agréable et permet de renouer avec la nature souvent trop loin de nos préoccupations…

Gaspillage : ce que dit l'Organisation des Nations Unies pour l'alimentation et l'agriculture : « Au niveau mondial, produire la nourriture qui sera jetée nécessiterait annuellement l'équivalent de la surface du Canada et de l'Union Européenne combinés en terres agricoles, 300 millions de barils de pétrole et produirait jusqu'à 23% des gaz à effet de serre mondiaux. » Le doggy bag, vous connaissez ? En Amérique du Nord, quitter un restaurant avec le reste de son repas bien emballé est une saine habitude. Pourquoi laisser cette nourriture dans l'assiette ? Elle va partir à la poubelle alors qu'elle est payée ! Depuis toujours en France, on préfère souvent la jeter car on ne veut pas être jugé. C'est du gaspillage. À la maison, ne jetez pas les restes... vous les mangerez demain. C'est toujours meilleur réchauffé !

Habitudes (de consommation) : lorsque vous aurez fait le vœu pieux de devenir un citoyen responsable et rigoureux, vous ferez l'étude approfondie de vos habitudes de consommateur et découvrirez sans aucun doute que, comme la plupart des gens, vous faites des achats compulsifs et polluants. Alors, les deux questions qui changeront littéralement votre vie, si vous acceptez les conséquences de la réponse que vous leur apporterez sont : en ai-je vraiment besoin ? Est-ce bon pour l'environnement ?

Labels : certains sont sérieux et reconnus tandis que d'autres le sont moins… Soyez vigilants et consultez vous-même le détail présenté sur l'étiquette du produit que vous voulez acheter… Pour en savoir plus : www.ecoresponsabilite.ademe.fr/n/tout-savoir-sur-les-ecolabels/n:319

Légumes : comme pour les fruits, consommez des légumes de saison. Achetez-les près de chez vous à un producteur éco-responsable. Ce faisant, vous ferez du bien à votre corps et à la vitalité économique locale !

Provenance : plus le produit vient de loin, plus son empreinte écologique est négative. Exemple : j'achète à Paris un canapé fabriqué en Italie, monté en Chine et livré par bateau en Espagne puis par camion dans l'Hexagone. Considérant que l'on fabrique des canapés en France… cette idée n'est sans doute pas la meilleure ! Bien sûr, on ne stoppera pas le commerce international mais avant d'acheter il faut, même si le canapé est le plus beau du monde, se poser les bonnes questions. Favoriser l'achat national ou local *(dépendant du produit que l'on souhaite acquérir)* est souvent une excellente solution à tous points de vue.

> C'est une triste chose de songer que la nature parle et que le genre humain ne l'écoute pas.
> Victor Hugo

Sacs réutilisables : les sacs de papier sont toujours gratuits mais n'ont pas de poignées ce qui n'est pas très pratique surtout lorsqu'ils sont lourds… les sacs de plastique, c'est fini ! On propose désormais des sacs recyclables que nous devons payer quelques centimes. Les sacs réutilisables en remplacement des sacs de plastique, qui sont une plaie pour l'environnement, sont une nouvelle habitude à prendre très vite ! Pour bien réussir : une fois vos achats déballés, allez remettre vos sacs réutilisables là où vous les trouverez très facilement lorsque vous partirez faire vos prochaines courses.

Surconsommation : une consommation infinie dans un monde fini, cela n'est pas possible ! Désormais, il faut consommer responsable et équitable.

DÉCHETS ET RECYCLAGE

Bacs pour déchets : ils sont mis à votre disposition afin de recycler ce qui peut l'être et détruire ce qui ne peut pas l'être. Respectez bien les consignes afin de mettre les bonnes affaires dans le bon bac ! En cas de doute, consultez le site Internet de votre ville car vous y trouverez un document très explicite qui vous éclairera en vous donnant des détails avec photos *(quel déchet dans quel bac…)*.

Biodégradable : un produit est réputé biodégradable lorsqu'il peut être décomposé naturellement sous l'action de micro-organismes vivants tels que les champignons, les bactéries ou les algues…

Biométhanisation : utiliser les déchets organiques afin de les transformer en biogaz et en engrais.

> Il ne sert à rien à l'homme de gagner la Lune s'il vient à perdre la Terre.
> François Mauriac

Chewing-gum : fabriqué avec le même matériau que vos pneus, il ne se biodégrade pas facilement dans la nature *(il lui faut 5 ans)*. On ne peut pas composter le chewing-gum car il ne se dissout pas mais au contraire pollue l'eau. Il a aussi un effet négatif sur la faune : les oiseaux le confondent avec une miette, l'ingurgitent, s'étouffent et meurent. Bonne nouvelle : il existe des chewing-gums biodégradables ! Si vous continuez de mâcher celui qui ne l'est pas, ne le jetez pas n'importe où.

Chiens : nos gentils toutous représentent 5 800 tonnes de crottes par an juste à Paris ! Les villes proposent des sacs de plastique pour ramasser les déjections. Le fléau est ici : il en faut plusieurs centaines de milliers par jour ! L'idéal est de les remplacer par des sacs biodégradables, achetez-en, ça ne coûte pas cher, et faites de vous un citoyen éco-responsable. Sachez enfin que l'on trouve des nourritures pour chien qui leur permettent de produire moins d'excréments.

Compost : définition du Larousse : « Mise en fermentation de certains déchets agricoles ou urbains, de façon à récupérer des éléments riches en minéraux et matière organique, qui sont ensuite incorporés aux terres agricoles afin de les enrichir. » En résumé, vous conservez vos déchets organiques pour alimenter votre jardin ! Pour un compost bien réussi, il faut le retourner régulièrement, bien l'aérer et lui conserver une humidité constante. Pour les citadins, il existe des bacs à placer sur la terrasse. Votre compost sera un bon terreau pour vos plantes ! Renseignez-vous sur ce qui peut et ne peut pas être composté avant votre première fois.

Conversion énergétique : les millions de tonnes de matières recyclables produits chaque année ne peuvent pas toujours être traités faute d'infrastructures. C'est pourquoi certaines entreprises proposent de les brûler afin de transformer la matière en énergie ! Plusieurs pays ont déjà fait ce choix qui n'est pas le préféré des écologistes car ils préfèrent recycler c'est-à-dire « donner une seconde vie au déchet »… Au lieu de le brûler et devoir puiser de nouveau dans les ressources naturelles, ils encouragent plutôt à réutiliser la matière.

Déchets : tout ce que l'on jette dans nos bacs de tri sélectif *(qui sera détruit ou recyclé)* mais aussi tout ce qui demande une attention particulière afin de ne pas causer de préjudice à mère Nature… l'huile usagée des voitures *(cela se passe au garage… pas à la maison !)*, ou encore les emballages des produits chimiques. Il y a un endroit pour chaque type de déchet ! C'est pourquoi l'éco-citoyen s'informe afin de respecter la bonne marche à suivre même si elle demande quelques minutes d'effort… au lieu de se dire « Bah ! Ce n'est pas mon petit déchet toxique qui va détruire la planète ! » et de le jeter n'importe où.

> Si vous pensez que vous êtes trop petit pour changer quoi que ce soit, essayez donc de dormir avec un moustique dans votre chambre.
> Betty Reese

Déchets diffus spécifiques (DDS) : déchets qui peuvent être dangereux pour la santé, le sol et les milieux naturels car susceptibles de contenir des produits chimiques. Produits d'entretien, chimiques usuels, solvants… Ils doivent être collectés séparément des ordures ménagères. Contactez votre municipalité… elle vous dira comment vous en débarrasser intelligemment. Même chose pour les DDD, les déchets dangereux diffus. N'improvisez pas car ces déchets sont hautement dangereux pour l'environnement.

Déchets organiques : il s'agit de déchets biodégradables issus de notre alimentation, de l'agriculture propre, de la restauration… Ils peuvent être compostés et servir d'engrais naturels pour vos plantes ou votre jardin.

Déchetterie : lieu prévu pour accueillir et traiter les déchets. Il y en a une près de chez vous. Elle vous renseignera pour les déchets dont vous ignorez le mode de traitement grâce au tri sélectif, au recyclage et à la régénération.

Magasins sans emballage : le zéro déchet, sans emballage, le vrac... Toutes ces expressions veulent dire la même chose et le fonctionnement est le même quel que soit le type de produits vendus (produits cosmétiques, produits secs, fruits ou légumes) : le consommateur peut utiliser son propre contenant, ou l'un de ceux fournis par le magasin qui sont consignés. C'est une démarche à la fois écologique, économique et éthique qui a le vent en poupe !

Mégots de cigarette : les composants d'un mégot de cigarette peuvent prendre jusqu'à 12 ans avant de se désagréger totalement dans la nature *(le filtre est en acétate de cellulose c'est-à-dire en plastique)*, alors qu'il faut 6 mois à un trognon de pomme, par exemple. Chaque année, 30 milliards de mégots sont jetés dans la nature ! Chacun d'entre eux contient 7 000 composés chimiques différents comme des métaux lourds ou encore de l'arsenic… Une cinquantaine de ces composés sont cancérogènes. Jetés dans la nature *(par la fenêtre de la voiture, sur la plage…)*, ils ont des conséquences sur l'eau, les poissons, les algues et les oiseaux. Pour se débarrasser des mégots proprement, il faut les brûler ou bien les donner à recycler à une entreprise spécialisée…

Pailles de plastique : elles sont de plus en plus remplacées par des pailles de papier *(très rigides)*. Un chiffre effrayant circule selon lequel les Américains en utilisent 500 millions par jour ! Il faut quatre siècles à une paille de plastique pour disparaître. **La paille est l'un des 10 polluants les plus présents dans les océans**… Les tortues de mer en ingèrent régulièrement… À compter de 2021, les pailles, les gobelets et les couverts de plastique seront interdits en Europe (UE).

Piles jetables : on ne peut pas jeter des piles n'importe où car, comme les mégots de cigarette, en outre, elles sont un véritable poison pour l'environnement ! Vous trouverez sans aucune difficulté des récupérateurs de piles près de chez vous : dans les déchetteries et les espaces publics notamment. Si vous jetez vos piles dans votre poubelle, vous êtes un irresponsable.

Piles rechargeables : elles permettent d'acheter moins de piles et donc d'en fabriquer moins car leur durée de vie est plus longue que les piles normales.

Plastique : bannissez le plastique ! Sortez-le de votre vie pour toujours… Cette matière est un véritable poison pour la Terre. 270 000 tonnes de plastique flottent à la surface des océans… Les études sur le sujet sont rares mais la présence de matières plastiques dans notre alimentation est une réalité.

Produits jetables : ils sont souvent en plastique. Jetez-les une bonne fois pour toutes! Si vous apportez votre déjeuner au bureau ou si vous achetez un repas de midi, ne prenez pas de paille ni de couverts… Apportez au bureau des couverts en métal. Si à la fin de votre pique-nique, les emballages et outils vous semblent plus importants en quantité que le repas lui-même, la prochaine fois, posez-vous des questions !

> Le monde contient bien assez pour les besoins de chacun mais pas assez pour la cupidité de tous.
> Gandhi

Récupération : procédé qui consiste à réutiliser quelque chose pour en faire autre chose. Cela permet de ne pas jeter systématiquement et donc de faire des économies : récupérer un vieux téléphone pour le transformer en objet de décoration, récupérer des planches pour en faire un banc ou un siège de balançoire… Récupération et optimisation ! Cela ne coûte pas cher et pour certains c'est un vrai passe-temps… Il y a d'ailleurs des émissions de télévision sur le sujet !

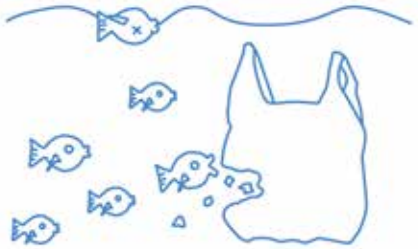
Recyclage : récupérer un déchet, le traiter afin de le réintroduire dans le circuit de production.

Recyclerie : endroit communautaire où les personnes se retrouvent pour échanger ou vendre des objets à très bas prix.

Ressourceries : voir « Recyclerie ».

Réutilisation : l'art et la manière de donner une seconde vie aux choses au lieu de les jeter.

Sacs de plastique : il y a en a de moins en moins. Désormais, les magasins offrent ou font payer une misère de nouveaux sacs dits « réutilisables » dont certains sont très solides et vraiment durables. L'impact positif sur l'environnement est immédiat et colossal… Cela vaut donc vraiment la peine d'y penser chaque fois que l'on fait ses courses. En cas d'oubli, préférez des sacs de papier brun. Ils n'ont pas de poignées mais c'est toujours mieux que le plastique.



Tri sélectif : action de séparer les déchets que nous produisons. Certains seront transformés en compost, d'autres seront brûlés, d'autres seront recyclés. Aujourd'hui, on ne jette plus tout dans la même poubelle ! Chaque individu doit être le plus responsable et le plus respectueux de l'environnement possible. Il faut donc trier nos déchets ! C'est bon pour la société et cela fait plaisir d'agir avec conscience et intelligence. C'est l'un des premiers gestes éco-responsables les plus importants.

Troc : cette méthode de commerce est vieille comme le monde ! **Ne jetez plus les affaires que vous ne voulez plus ! Échangez-les !** Il existe des sites Internet dédiés au troc qui permettent d'allonger la durée de vie de toutes les choses qui ne servent plus ou qui ne plaisent plus… Si le troc ne fonctionne pas pour vous, placez un bac ouvert à votre entrée et proposez à vos amis, parents et visiteurs de choisir et d'emporter ce qu'ils veulent ! C'est simple et cela fait plaisir ! Ce dont vous ne vous débarrasserez pas, apportez-le à un organisme de bienfaisance comme la Fondation Abbé Pierre ou le Secours Catholique, par exemple…

Valorisation (des déchets) : transformation des déchets dans le but d'un nouvel usage tel que le recyclage, le compostage ou encore la création d'énergie.

Vêtements : des équipements (bornes de collecte) ou lieux (déchetteries) existent certainement près de chez vous pour recueillir les vêtements qui ne servent plus. Donc ne jetez pas les vôtres et trouvez une manière de les donner y compris lorsque le bac de récupération est plein. D'ailleurs, si des sacs sont posés à côté de ce bac, appelez le numéro de téléphone inscrit dessus pour le signaler car bien souvent les vêtements laissés à l'abandon ne sont finalement pas recueillis.

Vidange : il faut toujours la faire au kilométrage indiqué par votre concessionnaire et chaque fois par un garage qui récupérera l'huile usée de votre automobile pour la détruire correctement. Rouler avec une huile trop longtemps usera le moteur plus vite et viendra frapper votre portefeuille plus tôt pour des réparations coûteuses. Mieux vaut prévenir que guérir ! Savez-vous qu'il existe encore des gens qui font leur vidange d'huile eux-mêmes et jettent le liquide usagé dans leur poubelle ou dans la nature ? Très forte amende si on se fait prendre…

Zéro déchet : expression qui vient de l'anglais « **zero waste** » qualifiant la stratégie de réduire au minimum les déchets produits par l'industrie. Il faut diminuer notre consommation, repenser nos emballages pour recycler moins.

> Ils ne savaient pas que c'était impossible, alors ils l'ont fait !
> Mark Twain

EAU

Bain :
préférez la douche au bain pour une économie moyenne de 135 litres. En fermant l'eau durant le savonnage, vous pouvez économiser 25 litres supplémentaires !!

Brossage des dents :
tout le monde le sait mais qui le fait vraiment ? Fermez votre robinet pendant que vous brossez vos dents! Ou bien achetez des robinets avec goutte-à-goutte, filet d'eau ou capteurs *(le mieux)* qui diminuent ou interrompent totalement l'écoulement d'eau. Des millions de litres sont perdus chaque jour… La ressource « eau » n'est pas inépuisable contrairement à ce que l'on pourrait croire. On coupe aussi le robinet lorsqu'on se rase ou se lave les mains. Le top : utilisez des brosses à dents en bambou, écologique et zéro déchet.

Chasse d'eau :
100 milliards de litres d'eau sont utilisés en France pour évacuer nos déchets personnels ! La perte est immense. Choisissez une chasse à double touche pour économiser l'eau *(une touche pour numéro 1 et une touche pour numéro 2)*. Veillez à éviter les fuites. Changez vos toilettes pour des plus récentes car les fabricants visent aussi l'économie d'eau. Le summum de la conscience écologique : les toilettes sèches !

Eau du robinet :
est-elle moins bonne à la consommation que l'eau en bouteille? Cela dépend de la source et de la ville, diront certains ! Ce qui est sûr, c'est que l'eau du robinet, en France, avant de se retrouver dans votre verre, passe par de très nombreux tests de qualité très sérieux. Dans le cas de l'eau embouteillée, les contrôles de la qualité sont plus difficiles à déterminer. Toutefois, avec un contenant en plastique, le choix éco-citoyen est vite fait ! Votre eau de cuisson, lorsque vos légumes sont cuits, laissez-la refroidir et utilisez-la pour arroser vos plantes !

Économiseur d'eau : il en existe de différentes sortes à des prix très raisonnables. Grâce à ce petit outil, vous pourrez économiser 50% de l'eau que vous consommez sans lui actuellement. Chaque seconde en France, des dizaines de milliers de litres d'eau sont perdus ! Un quart de la population mondiale n'a pas accès à l'eau potable…

Nappe phréatique : accumulation d'eau potable qui se situe sous la surface du sol à faible profondeur. Elle est très exposée à la pollution par infiltration lorsque les terres au-dessus d'elle sont cultivées à l'aide d'engrais et de pesticides chimiques.

Norme de qualité environnementale : le texte officiel : « Les Normes de Qualité Environnementale *(NQE)* sont définies dans le contexte réglementaire de la Directive Cadre sur l'Eau, ou DCE *(2000/60/EC)* qui établit une politique communautaire pour la gestion des eaux intérieures de surface, des eaux souterraines, des eaux de transition *(eaux estuariennes)* et des eaux côtières, afin de prévenir et de réduire leur pollution, de promouvoir leur utilisation durable, de protéger leur environnement, d'améliorer l'état des écosystèmes aquatiques et d'atténuer les effets des inondations et des sécheresses. »

Océans : sans eau liquide, la vie n'est pas possible ! Les grands bateaux polluants, les déchets de plastique flottants *(ils représentent en 2019 une surface trois fois comme la France !)* mais également les produits solaires nuisent considérablement aux océans, à la faune et à la flore qui s'y trouvent. Les crèmes solaires tuent le corail qui protège les côtes *(en absorbant l'énergie des vagues)* et les écosystèmes. Il existe des produits solaires qui respectent l'environnement. Ils sont aussi efficaces que les chimiques et ne coûtent pas plus cher.

Récupération de l'eau de pluie : pour être potable, l'eau du robinet doit être nettoyée et ces coûts d'assainissement sont très élevés. L'eau de pluie n'est pas potable mais elle peut être consommée pour laver sa voiture, arroser son jardin… à l'intérieur, elle peut être utilisée pour laver ses vêtements et tirer la chasse d'eau ce qui représente une grande économie d'eau potable. Une cuve de récupération d'eau de pluie permet de la stocker et de la filtrer pour l'utiliser.

Robinets : voir « Brossage des dents ». Pour la vaisselle, l'idéal est d'utiliser deux éviers : un pour le lavage et l'autre pour le rinçage car cela permet de garder le robinet fermé et ainsi de faire de grosses économies.

HABITAT ET URBANISME

Aération : chaque jour, même en hiver, il faut faire entrer l'air de l'extérieur une dizaine de minutes. L'air de votre domicile est souvent pollué à cause des composés organiques volatils *(COV)* qui sont très présents. On baisse les thermostats, on ouvre 10 minutes, on referme, on remonte les thermostats.

Appareils électriques : branchés en permanence, ils consomment de l'énergie même s'ils ne sont pas utilisés. Une multiprise avec interrupteur permet d'éteindre d'un seul coup tous ceux qui restent habituellement en veille pour rien *(télévision, lecteur dvd… etc.)*.

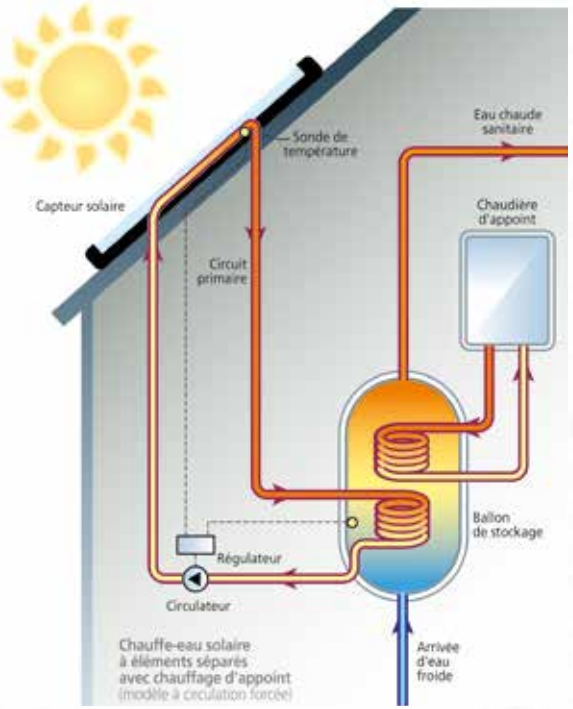
Ampoules basse consommation : les plus économiques. Reportez-vous au mot « LED ». Dépoussiérées, vos ampoules sont 40% plus efficaces !

Chargeur : lorsque votre appareil est 100% rechargé, ne laissez pas votre chargeur branché car il continue de consommer de l'électricité.

> « Ne cherchez pas la faute, cherchez le remède. »
> Henry Ford

Chauffage : **60% de votre facture énergétique !** Électricité, gaz, géothermie, pompe à chaleur ou chauffage au bois, faites votre choix selon vos besoins et selon vos moyens. Certaines installations sont coûteuses et deviennent rentables un jour… Le montant de la facture dépend aussi de votre manière de consommer de l'énergie. Est-ce la plus économique ?

Chauffe-eau solaire : le plus économique et le plus écologique car il fait appel au soleil grâce à un capteur d'énergie placé sur votre toit et relié à votre chauffe-eau. Il peut couvrir 50 à 70% de vos besoins.



Climatisation réversible : plus il fait chaud, plus on met la climatisation… plus on met la climatisation, plus on accentue le problème du réchauffement climatique ! C'est un cercle vicieux. Selon une étude néerlandaise, au cours du 21ème siècle, la dépense d'énergie pour refroidir sera plus importante que celle pour chauffer. Parmi les solutions : réduire l'utilisation de la climatisation en repensant l'architecture comme à Dubaï avec the sustainable city *(isolation, matériaux, fenêtres, volets…)* c'est-à-dire en réduisant l'écart entre les températures extérieures et intérieures dès la conception du bâtiment.

Éclairage : inutile d'éclairer une pièce non-utilisée. Toujours utiliser des ampoules économiques et surtout des ampoules LED. Pour l'extérieur, des ampoules avec capteurs de mouvement ne s'allumeront qu'en cas de nécessité.

Éco-construction : dès la conception, respecter l'environnement à chaque étape de la construction, de la rénovation d'un bâtiment ou d'une maison. Prévoir même l'utilisation future du lieu et faire les meilleurs choix de consommation d'énergie, par exemple.

Éco-prêts : voir « Subventions ».

Éco-quartier : quartier urbain qui s'inscrit dans un projet de développement durable. Objectifs : réduire l'impact sur l'environnement, favoriser le développement économique, la qualité de vie, la mixité et l'intégration sociale.

Éco-rénovation : on comprend bien le concept ! Des politiques existent pour vous aider à financer vos travaux écologiques ! Renseignez-vous auprès de votre municipalité mais également auprès de votre centre des impôts.

Éco-ville : la même chose que « Éco-quartier » mais à l'échelle de la ville. L'exemple de la ville espagnole Pontevedra est extraordinaire à ce titre… une référence mondiale !

Électricité : on en consomme tout le temps ! Certains de nos appareils sont énergivores… d'autres ne le sont pas. Grâce à des gestes simples, il est possible de faire baisser votre consommation et votre facture efficacement et durablement. Prenez le temps de vous faire conseiller par le service client d'EDF afin de prendre de nouvelles habitudes plus respectueuses de l'environnement. Plusieurs mots de cet abécédaire sont liés à l'électricité car elle est au cœur de la vie humaine.

Électroménagers : ils sont énergivores! Toutefois, les fabricants sont en compétition permanente en vue de réduire leur consommation *(d'électricité et d'eau)* et certains appareils sont désormais très performants en la matière car c'est un argument de vente efficace. Faites fonctionner vos appareils programmables la nuit lorsque l'électricité est à bas prix, nettoyez-les régulièrement afin qu'ils conservent 100% de leurs qualités. **La maintenance, c'est payant !**

Feuilles imprimées : au bureau comme à la maison… faut-il vraiment les imprimer ? Avoir la page à l'écran ne suffit-il pas ? Dans la plupart des cas, oui. Imprimer des deux côtés quand c'est possible permet d'économiser 50% de vos feuilles.

Humidité : ennemie de votre logement, elle est responsable de l'apparition des moisissures qui sont nocives pour la santé. On peut acheter ou fabriquer soi-même un absorbeur d'humidité… Ce n'est pas très beau mais toujours plus esthétique que de longues tâches noires sur des plafonds blancs ! **Le taux d'humidité idéal doit être de 35 à 45%**. Si c'est le cas et que vos fenêtres sont couvertes de condensation, vous avez un problème d'isolation… vous aurez donc des factures plus élevées car vous chauffez pour l'extérieur !

Impôts : avant de commencer vos travaux de rénovation, rencontrez un conseiller qui vous informera sur les crédits d'impôts à votre disposition. Vous devrez respecter les critères qu'ils exigent afin d'en bénéficier… Une petite visite s'impose pour éviter de passer à côté par ignorance!

Isolation : les professionnels sont capables de réaliser un véritable audit énergétique de votre habitation et ainsi déterminer où se trouvent les causes de déperdition de chaleur avec exactitude *(plafonds, toit, fenêtres…)*. Leurs travaux effectués, vous profiterez d'un confort plus grand et d'une facture plus petite ! Ils vous conseilleront de nouvelles habitudes de consommation.

Kilowatt/heure : unité de mesure de votre consommation d'électricité. Appartement, maison, bureau… un appel au service client d'EDF vous permettra de faire des économies substantielles ! En effet, le technicien spécialisé auquel vous parlerez sera capable d'analyser votre consommation et vous aidera à l'optimiser par des gestes et des habitudes simples en quelques minutes seulement. Ses conseils valent la peine de patienter au téléphone…

Lave-linge : les fabricants se livrent une véritable bataille pour faire de votre machine à laver une championne de l'économie d'eau et d'électricité ! C'est tant mieux ! Comparez avant d'acheter… Utilisez des lessives biologiques pour éviter le rejet de produits chimiques avec les eaux usées. Toujours choisir le programme court ou économique. Le saviez-vous ? Grâce à un procédé d'électrolyse de l'eau, les Chinois ont inventé des machines à laver sans lessive.

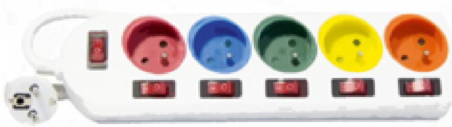
Lave-vaisselle : plutôt que de faire tourner un lave-vaisselle par jour, nettoyez vos plats et autres outils de cuisine de grande taille à la main et réservez cette machine pour les plus petites choses afin de faire un lave-vaisselle chaque 2 ou 3 jours… Économie d'énergie, économie d'argent. Toujours choisir le programme court ou économique.

LED : ces ampoules sont les plus intéressantes pour bien des raisons : elles consomment peu d'électricité, durent 50 000 heures, ne chauffent pas, n'émettent pas de rayons infrarouges ni d'ultraviolets et leur rendement est de 100% dès l'allumage… Bien sûr, la lumière naturelle demeure la plus écologique !

Lumières

à capteurs : elles s'allument seulement lorsqu'elles détectent du mouvement. Un peu plus chères mais durables, économiques et vite amorties. Les plus populaires sont celles qui s'allument lorsque vous approchez votre garage ce qui peut aider à ne pas égratigner la carrosserie de votre automobile… Ces lumières à capteurs extérieures ont aussi un effet décourageant sur les cambrioleurs.

Moisissures : elles sont causées par l'humidité. Ce sont des champignons. Elles ne sont pas dangereuses mais peuvent causer des irritations, de la toux, des écoulements du nez, des maux de tête… Il faut s'en débarrasser ! De façon écologique pour la plupart des surfaces avec 50% d'eau et 50% de vinaigre blanc. **N'utilisez pas d'eau de javel.**



Multiprises : préférez toujours une multiprise avec un interrupteur. Ainsi, lorsque vous quitterez la maison vous pourrez éteindre tous vos appareils électroniques d'un seul coup. C'est important car même en veille ils continuent de consommer de l'électricité pour rien. En bout de ligne, une économie de 10% et des appareils qui dureront plus longtemps. À l'échelle de votre domicile, cela représente peu de gaspillage mais à l'échelle d'un pays, c'est énorme.

Normes RT2012 maisons neuves : l'étude thermique obligatoire pour la construction d'un bâtiment neuf (maison, immeuble, bâtiment collectif, etc.) permet de valider la conformité des critères à la RT 2012. Les solutions de chauffage de la construction, de production d'eau chaude sanitaire et de ventilation font partie des points importants car le RT2012 limite la consommation énergétique à 50 kWhep/m2/an en moyenne. Cette série d'exigences sur un bâtiment neuf favorise les économies et impose au moins une énergie renouvelable.

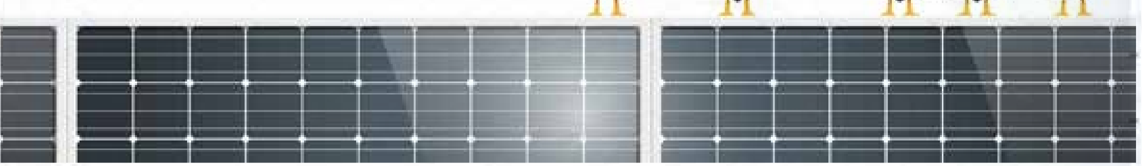
Panneaux solaires : installer ce type de matériel chez vous représente un investissement bien entendu mais lorsqu'il sera amorti, vous serez autonome au plan électrique et vous ne recevrez plus de facture !

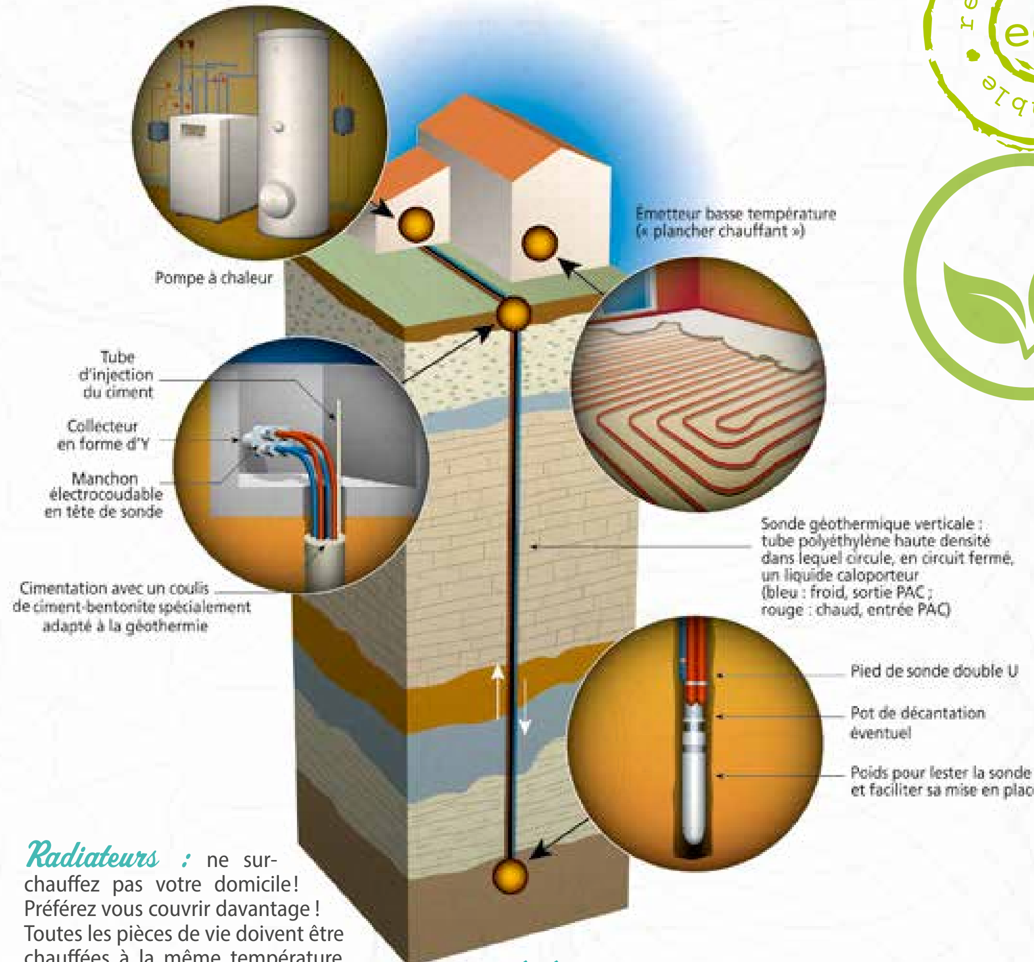
Petits gestes : éteindre les lampes dans les pièces où l'on ne se trouve pas, aller faire une course à pieds plutôt qu'en voiture, mettre un pull-over au lieu de surchauffer, ne plus acheter de bouteilles de plastique, utiliser des sacs réutilisables, faire du covoiturage… C'est avec les petits ruisseaux qu'on fait les océans ! Passez à l'action car aujourd'hui tous ces petits gestes doivent devenir de solides habitudes de vie.

Pompe à chaleur : grâce à un dispositif thermodynamique, la pompe à chaleur transfère l'énergie thermique d'une source froide vers une source chaude. L'inverse d'un réfrigérateur !

Puits climatique : «Le principe de fonctionnement du puits climatique est de faire circuler l'air extérieur dans des tubes enterrés à une profondeur où la température du sol varie peu. Au contact du sol, l'air gagne ou perd des calories et pénètre dans l'habitat par l'intermédiaire d'une ventilation. Le puits climatique est qualifié de «canadien» lorsqu'il permet d'insuffler de l'air chaud dans l'habitat ou encore de «provençal» lorsque cet air permet de refroidir la température intérieure ; puits canadien et puits provençal qualifient un seul et même système.»

(Source : ADEME)





Radiateurs : ne surchauffez pas votre domicile ! Préférez vous couvrir davantage ! Toutes les pièces de vie doivent être chauffées à la même température… autour de 20 degrés. Les pièces inoccupées 2 ou 3 degrés de moins. Quand on part pour la journée, on baisse à 17 ou 18 partout. Le chauffage d'appoint, plus énergivore que cela, tu meurs ! À éviter !

Réfrigérateur : n'hésitez pas à comparer les « Étiquettes-énergie », optez pour un appareil de taille moyenne basse consommation sans distributeur d'eau et de glaçons. Un tiroir congélation dans la partie inférieure est préférable à une porte. C'est le seul appareil électroménager qui fonctionne 24h/7j… C'est pourquoi faire le bon achat importe beaucoup afin que votre réfrigérateur ne se transforme pas en aspirateur à euros. Décongelez vos produits à l'air libre.

> “ Ce n'est pas parce que les choses sont difficiles que nous n'osons pas les faire mais parce que nous n'osons pas les faire qu'elles sont difficiles
>
> Sénèque

> “ Sur le Titanic en train de sombrer, est-il raisonnable de consacrer beaucoup d'efforts et d'intelligence à obtenir une meilleure cabine ?
>
> Albert Jacquard

Sèche-linge : **le plus énergivore de nos appareils électroménagers. La corde à linge tendue au grand air coûte bien moins cher !**
S'il est programmable, faites fonctionner votre sèche-linge aux heures creuses de la nuit. Conservez un Tancarville chez vous pour les serviettes, les jeans… tout ce qui prend un temps colossal à sécher.

Subventions : vous souhaitez construire vert, rénover écologiquement ? Des possibilités de financement sont là pour vous y aider ! Le plus simple pour ne rien manquer : www.ademe.fr.

Thermostat : dès que le froid arrive, tous les radiateurs doivent être à la même température alentour de 20 degrés. Les pièces non-utilisées : 2 ou 3 degrés de moins. Lorsque le domicile est vide : la journée 17 ou 18 degrés partout. Il ne faut pas utiliser les chauffages et la climatisation réversible en même temps car votre facture d'électricité augmentera visiblement. Surveillez vos ados car ils sont très énergivores.

Urbanisme : jetez un coup d'œil à la ville durable de Dubaï car elle présage de ce que seront toutes les villes dans le futur ! Construites pour limiter au maximum les émissions de gaz à effet de serre, réduire le gaspillage, optimiser les produits et les énergies propres afin de plonger l'économie au grand complet dans le développement durable et la bonne gestion des ressources naturelles.

Visioconférence : ce procédé très accessible grâce à des logiciels comme Skype ou Facetime est un véritable trésor pour les entreprises car il permet aux personnes de poursuivre leur travail sans se déplacer. Les gains pour l'environnement sont évidents… Réduction des frais de voyage, gain de temps, productivité accrue, plus grande efficacité professionnelle…

> Les espèces qui survivent ne sont pas les espèces les plus fortes, ni les plus intelligentes, mais celles qui s'adaptent le mieux aux changements.
>
> Charles Darwin

JARDIN ET AGRICULTURE

Agriculture biologique : l'art de produire des denrées alimentaires dans le plus grand respect de la nature c'est-à-dire sans pesticides, sans engrais chimiques, sans organismes génétiquement modifié. Préservation de la qualité des sols, de l'eau, de l'air et de la biodiversité. Les textes qui encadrent l'agriculture biologique sont nombreux et celle-ci est de plus en plus populaire auprès des consommateurs car synonyme de qualité comparée à l'agriculture industrielle ou conventionnelle. Acheter des produits biologiques, c'est tellement évident !

Agriculture raisonnée : l'idée n'est pas très lointaine de l'agriculture biologique. La différence entre les deux : la biologique renonce totalement aux produits chimiques et OGM. La raisonnée essaie d'en utiliser le moins possible.

Circuit court : on qualifie généralement de circuit court le circuit de distribution dans lequel intervient au maximum un intermédiaire entre le producteur et le consommateur.
Les circuits courts pour les produits agricoles disposent en France d'une définition officielle : « un circuit court est un mode de commercialisation des produits agricoles qui s'exerce soit par la vente directe du producteur au consommateur, soit par la vente indirecte, à condition qu'il n'y ait qu'un seul intermédiaire ».
Les enjeux du développement durable ont ravivé l'intérêt et l'urgence des circuits courts dans la révision nécessaire des modes de production et de consommation.

Insecticides : on sait depuis toujours que les insecticides sont nocifs car leurs composants chimiques maltraitent la nature. Il en existe des inoffensifs… Peut-être plus lents mais pas moins efficaces. Cela vaut la peine d'essayer car depuis longtemps on trouve sur de nombreux produits la mention « biologique ». Si c'est possible pour les uns, cela le sera sans doute pour les autres !

Jardins partagés : Quel plaisir de manger les fruits et légumes que l'on a soi-même plantés et regardés pousser sans pesticides ! Le lien de l'homme avec la nature n'est que bon ! Faire son potager, c'est avoir une activité physique utile… c'est aussi cultiver son jardin intérieur et son rapport aux choses simples, essentielles, invisibles… Cela donne de la force !

(OGM) Organisme génétiquement modifié: organisme dont le génome a été modifié afin de lui donner une nouvelle propriété.

Permaculture : il s'agit d'une méthode systémique et globale qui vise à concevoir des systèmes (par exemple des habitats humains et des systèmes agricoles, mais cela peut être appliqué à n'importe quel système) en s'inspirant de l'écologie naturelle (biomimétisme ou écomimétisme) et de la tradition. Elle n'est pas une méthode figée mais un « mode d'action » qui prend en considération la biodiversité de chaque écosystème. Elle ambitionne une production agricole durable, très économe en énergie, autant en ce qui concerne le carburant que le travail manuel et mécanique, et respectueuse des êtres vivants et de leurs relations réciproques, tout en laissant à la nature sauvage le plus de place possible.

Plantes vertes : décoratives, elles sont aussi utiles à la bonne qualité de l'air intérieur *(« Photosynthèse »)*. Attention, toutefois, car certaines d'entre elles sont toxiques ! Incroyable : une étude française a démontré que la présence de plantes vertes dans le bureau des personnes travaillant sur un ordinateur augmente leur productivité de 12%, baisse leur tension artérielle et réduit leur crispation musculaire !

Végétalisation : des plantes dans votre maison, votre bureau, dans les rues partout en ville… des cultures de fruits et légumes sur le toit de votre supermarché ! Les plantes sont bonnes pour la qualité de l'air, le mental, la qualité de vie… Voir également « Plantes vertes » et « Photosynthèse ».

PRODUITS CHIMIQUES

Nettoyage : on peut aujourd'hui tout nettoyer sans produits chimiques ! Les fabricants se sont mis à l'heure du respect de l'environnement et proposent des produits propres. Sur Internet, on peut aussi dénicher des recettes qui vous permettront de fabriquer vous-mêmes vos propres produits. Le vinaigre blanc est efficace et de plus en plus utilisé. Le nettoyage, c'est bon pour la santé… Faites-en une activité sportive en changeant l'aspirateur de main, en fléchissant les genoux… Buvez de l'eau du robinet pour vous rafraîchir !

Produits chimiques : on en utilise beaucoup et ils ne sont pas les meilleurs amis de notre santé ! Surtout quand on parle de qualité de l'air à l'intérieur. Il faut les stocker précautionneusement, bien aérer les lieux après utilisation et surtout ne pas les jeter n'importe où car leur impact négatif sur le vivant est très élevé. Il existe des alternatives car certains fabricants proposent des produits plus respectueux de l'environnement. Pour nombre d'entre eux, des éco-recharges existent… pensez-y !

Tous les produits ménagers vendus en Europe comportent une étiquette informative.

Consultez-la avant toute utilisation de vos produits (antiparasitaires, beauté et soins, colles, déboucheurs, désherbants, détachants, détergents, eau de javel, peintures...etc.)

Comburant

Corrosif

Dangereux pour l'environnement

Dangereux pour la santé à long terme

Explosif

Gaz

Inflammable

Irritant / Nocif

Toxique

SANTÉ

Marcher : les médecins s'accordent pour le dire unanimement : il n'y a pas meilleure activité physique pour la santé ! 30 à 40 minutes par jour. Tout le corps fonctionne… Chaque année en France, sur les presque 50 000 arrêts cardiaques recensés, 3 000 surviennent pendant ou une heure après une activité sportive ! Très souvent le jogging… très souvent les hommes… En marchant, on s'aère le corps et l'esprit, on fait du bien à son corps sans danger ! Lisez sur le sujet et améliorez votre santé physique et mentale en très peu de temps !

Médicaments : respectez toujours la date de péremption en vérifiant sur la boîte qu'il faut conserver. Ne prenez pas de médicaments qui n'ont pas été prescrits pour vous. Respectez toujours la posologie. Lorsque vous n'en avez plus besoin ou que la date est dépassée, rapportez vos médicaments à la pharmacie qui saura les détruire correctement. Ne jetez pas vos médicaments à la poubelle, ne videz pas vos sirops dans l'évier ou les toilettes… Surtout pas car ils impacteront négativement la biodiversité.

> L'optimisme de l'action est préférable au pessimisme de la pensée.
>
> Harold Zindler

Pédibus : le mot est nouveau et le concept très charmant ! Être autant que dans un bus mais se déplacer à pied. Le cas le plus commun de pédibus est celui de parents menant leurs enfants à l'école tous ensemble en marchant. Une telle organisation crée des liens entre les parents à l'occasion d'une action commune positive pour la santé et pour le moral. Les parents peuvent même se relayer et ainsi se permettre, à tour de rôle, d'utiliser cette partie de leur temps autrement !

Vélobus : même principe que le pédibus… mais à vélo !

> L'avenir, tu n'as point à le prévoir mais à le permettre.
>
> Antoine de Saint-Exupéry

SENSIBILISER ET ÉDUQUER

Sensibilisation : à la maison, à l'école, au travail, dans les institutions, dans le monde associatif… Aujourd'hui, aussi frappant que cela puisse paraître, la sensibilisation à l'éco-citoyenneté est indispensable à la survie de l'espèce. Parlez-en, échangez vos expériences… avec votre voisin, votre quartier, votre ville, votre département, votre région, votre pays, votre continent, votre monde !

Les enfants face à l'environnement

Les enfants sont désireux d'apprendre et de s'amuser. On compare souvent leur mémoire à une éponge !
Pour tout ce qui concerne la protection de l'environnement, il est indispensable de leur apporter très tôt les informations qui feront naturellement d'eux des citoyens responsables et soucieux de leur milieu. Il y a mille et une manières de les sensibiliser à toutes ces questions, de les connecter à la nature afin qu'ils la soignent et la respectent comme si elle était leur propriété !
Toutes les idées sont les bienvenues !
Parlez-vous, rencontrez-vous… agissez !
Voici quelques exemples…

- *Planter un arbre dans la cour de l'école.*
- *Ramasser les déchets recyclables et expliquer quelle pourrait être leur seconde vie.*
- *Dessiner la nature préservée et organiser une exposition des œuvres à l'école ou à l'hôtel-de-ville.*
- *Aller à la rencontre d'une association locale de préservation de l'environnement ou de lutte contre la pollution.*
- *Distribuer des tracts de sensibilisation dans le centre-ville.*
- *Accueillir un jardinier en classe avec ses plantes afin qu'il explique le principe de la photosynthèse.*
- *Sortir de l'école avec un garde forestier qui définit le rôle de chaque arbre et de chaque être vivant.*
- *Apprendre les petits gestes importants : économiser l'eau, éteindre les lumières, trier les déchets, recycler ses jouets et ses vêtements.*
- *Lire des livres spécialement écrits pour les enfants sur les différents thèmes et organiser des petits débats/jeux de connaissances.*
- *Participer à tout événement local lié à la protection de la nature.*
- *Il existe des jeux éducatifs sur l'écologie et le développement durable destinés aux enfants.*
- *Les bibliothèques recèlent de trésors sur tous les sujets… faune, flore, énergie, industrie.*
- *Il existe des chaînes de télévision spécialisées Nature & Environnement*
- *Avoir des parents sensibilisés et éduqués est encore la meilleure méthode car les enfants progressent par mimétisme.*

Zone de confort : être un citoyen éco-responsable et exemplaire, comme nous devons tous le devenir très vite, requiert beaucoup d'efforts et demande de grands changements dans nos habitudes de vie y compris des renonciations. Ce n'est pas toujours facile mais c'est nous qui avons besoin de la Terre… pas l'inverse !

TRANSPORTS

Automobile : utilisez-la le moins possible sauf si elle ne produit pas de gaz à effet de serre responsable du réchauffement climatique et de ses conséquences désastreuses sur l'environnement. Marchez ! Courez ! Pédalez ! Demandez-vous si une voiture est vraiment nécessaire car dans la réalité elle est stationnée 95% du temps… Si c'est le cas, louez-en une pour quelques heures ou quelques jours ! Soyez malin : habitez proche des transports en commun ! Réduisez votre vitesse.
Le saviez-vous ?
Des pneus sous-gonflés représentent une hausse de 30% de votre consommation…

Auto-partage : selon le même principe que les vélos en libre-service, des automobiles sont mises à la disposition des personnes. Un service payant, bien entendu, qui est une excellente alternative pour ceux et celles qui ne veulent pas posséder de voiture et honorer toutes les obligations et factures qui viennent avec !

Autosolisme : par opposition au covoiturage. C'est une habitude de vie très difficile à changer car on est si bien seul dans le confort de sa voiture ! Cependant, l'autosolisme aux heures de pointe est responsable de grandes pertes de temps et de longs embouteillages et ce, malgré la diversité des types de transports en commun à disposition. Aller travailler en transports en commun (ou en vélo) un jour sur deux permet de réduire l'autosolisme considérablement. Réduire l'autosolisme, c'est améliorer la qualité de l'air !

Biocarburants : alternative d'origine végétale à l'utilisation des produits pétroliers. Éthanol, Colza, Tournesol… Depuis plusieurs années, ils diminuent la dépendance à l'énergie fossile dans les transports. Réduire seulement ne suffit plus désormais car il faut stopper le réchauffement climatique. **Roulez électrique ou à vélo !**

Carburants verts : bioéthanol, biodiésel, GPL *(Gaz de Pétrole Liquéfié)*, biogaz *(issu d'une fermentation organique)*, gaz naturel pour véhicule, gazole non routier *(fioul modifié)*, huiles végétales, algocarburants… ils présentent tous des avantages et des inconvénients détaillés sur le site **www.carburantecologique.com**. Une visite est fort utile car on y apprend beaucoup et notamment que la réduction de notre dépendance à l'énergie fossile est un projet au long cours dans lequel chaque individu joue un rôle de la plus grande importance.

Conduite automobile : respectez les limites de vitesse autorisées, ne donnez pas de grands coups d'accélérateur pour épater la galerie, utilisez la fonction « économie » si votre véhicule en est muni… votre porte-monnaie restera plein plus longtemps ! Soyez courtois avec les autres utilisateurs de la route tels que les deux-roues, les bus et les piétons. Ne vous énervez pas pour rien... Votre humeur n'en sera que meilleure !

Covoiturage : décision parfois difficile à prendre mais qui peut avoir des effets positifs formidables sur les embouteillages, la pollution de l'air, la qualité de la vie en général ! On peut se faire de nouveaux amis ce qui donne le jour à de nouveaux projets… Si chaque autosoliste était accompagné de 2 ou 3 autres personnes chaque matin pour se rendre au parking relais ou au centre-ville, les bienfaits seraient spectaculaires ! Comme on peut le constater, il n'est toutefois pas simple d'abandonner le confort individuel de son auto. Pour faire progresser la société, il faut accepter de changer ses habitudes et ce n'est pas toujours chose simple.

Hybride : c'est un bon compromis pour ceux qui voyagent beaucoup et ont besoin d'une automobile capable de parcourir des centaines de kilomètres. Quand la batterie est vide, le moteur essence prend le relais et recharge la batterie… Bientôt, l'évolution des batteries verra la disparition des véhicules hybrides car leur durée d'utilisation sera beaucoup plus longue avec une autonomie identique à nos voitures actuelles.

Kérosène : voyager, c'est super ! Découvrir le monde… Mais en avion, c'est hautement polluant! Pour un vol de moins de 6 000 kilomètres tel que Paris/New-York, l'Airbus A380 a besoin de 85 tonnes de carburant ! Il y a 5 000 avions dans le ciel à tout moment…

Parkings relais : le principe est très simple et de plus en plus populaire ! On prend sa voiture le matin afin de la stationner dans un parking relais (gratuit) proche d'une gare ou d'une station de métro ou de RER (par exemple) et on prend les transports en commun pour se rendre au travail. Mieux : on fait le reste du chemin à pied quand c'est possible.

Stationnement incitatif : voir « Parking relais ».

Transports en commun : pas toujours évident de voyager debout avec la tête collée contre la vitre du bus ou du métro pour se rendre à son travail et en revenir… Pourtant, les transports en commun sont d'une immense importance dans la quête d'un air moins pollué mais également dans la lutte contre les gaz à effet de serre. Les bus sont de plus en plus écologiques tandis que le métro est non-polluant. Ils sont bien moins confortables que la voiture, on ne peut le nier, même si des fois le trafic est insupportable…

Vélo : une saine habitude vie ! Le vélo *(avec casque et matériel de protection)* désengorge les rues, fait du bien à votre corps et à votre moral car c'est une belle manière de pratiquer les 30 minutes nécessaires de sport quotidien mais aussi de prendre soin de l'environnement. La semaine pour aller au travail, le week-end pour les courses ou les loisirs… Parlez-en à vos voisins et amis ! Et n'oubliez pas de regarder votre économie d'essence à la fin du mois… Après plusieurs semaines déjà, cette économie vous permettra d'améliorer des choses dans votre logement pour encore plus d'éco-résultats ! Un vélo coûte l'équivalent de 4 ou 5 pleins d'essence…

Vélo à assistance électrique : un très bon achat… surtout lorsque la côte est dure à monter ! Sur le plat et en descente, le roulis recharge la batterie. C'est bon pour la santé, c'est propre et en cas de fatigue l'assistance électrique prendra le relais…

Vélo en libre-service : si vous n'avez pas de vélo… de nombreuses municipalités en mettent peut-être à votre disposition ! Ils sont solides et ne demandent aucun entretien de votre part. En règle générale les bienfaits pour la qualité de l'air et la pollution sonore sont excellents…

> « Nous ne sommes pas seulement responsables de ce que nous faisons, mais également de ce que nous laissons faire.
> J. Müller

AGENDA 21

L'Agenda 21 est un plan d'action pour le XXIe siècle adopté par 173 chefs d'État lors du sommet de la Terre à Rio de Janeiro en juin 1992. Il concerne les collectivités territoriales : régions, départements, communes, ainsi que les établissements publics comme les communautés de communes et les communautés d'agglomérations.

Avec ses 40 chapitres, ce plan d'action décrit les secteurs où le développement durable doit s'appliquer dans le cadre des collectivités territoriales. Il formule des recommandations dans des domaines aussi variés que :

- la pauvreté
- la santé
- le logement
- la pollution
- la gestion des mers, des forêts et des montagnes
- la désertification
- la gestion des ressources en eau et de l'assainissement
- la gestion de l'agriculture
- la gestion des déchets

En parallèle à ce plan d'action, une déclaration sur l'environnement et le développement a été adoptée. Elle énumère 27 principes à suivre pour mettre en œuvre l'Agenda 21.
Les collectivités territoriales sont appelées, dans le cadre du chapitre 28 de l'Agenda 21 de Rio, à mettre en place un programme d'Agenda 21 à leur échelle, intégrant les principes du développement durable, à partir d'un «mécanisme de consultation de la population» : ainsi naît l'Agenda 21 local (*extrait du chapitre 28*). « Elles jouent, au niveau administratif le plus proche de la population, un rôle essentiel dans l'éducation, la mobilisation et la prise en compte des vues du public en faveur d'un développement durable. »
Les réseaux de villes *(Fédération Mondiale des Cités Unies et International Union of Local Authorities aujourd'hui Cités et gouvernements locaux unis, Metropolis, International Council for Local Environmental Initiative)* prennent l'initiative des travaux pour veiller à la mise en œuvre concrète des Agendas 21 locaux.
La mise en œuvre peut s'appuyer sur des logiciels.
En France, l'Observatoire national des agendas 21 locaux, porté par le ministère du Développement durable, l'Association 40, l'Association des maires de France et le Comité 21 assurent cette mission.

Source : Wikipédia

> « L'exemplarité n'est pas une façon d'influencer, c'est la seule.
> Albert Schweitzer

DÉVELOPPEMENT DURABLE

Définition
La première définition du développement durable apparaît en 1987 dans le rapport Brundtland publié par la Commission mondiale sur l'environnement et le développement :

«Le développement durable est un développement qui répond aux besoins du présent sans compromettre la capacité des générations futures de répondre aux leurs. Deux concepts sont inhérents à cette notion :

- *le concept de «besoins», et plus particulièrement des besoins essentiels des plus démunis, à qui il convient d'accorder la plus grande priorité, et*
- *l'idée des limitations que l'état de nos techniques et de notre organisation sociale impose sur la capacité de l'environnement à répondre aux besoins actuels et à venir.»*

En 1991, Ignacy Sachs propose une définition proche de ce qu'il nomme l'écodéveloppement : «développement endogène et dépendant de ses propres forces, soumis à la logique des besoins de la population entière, conscient de sa dimension écologique et recherchant une harmonie entre l'homme et la nature».

En France, l'AFNOR définit le développement durable comme un état où *«les composantes de l'écosystème et leurs fonctions sont préservées pour les générations présentes et futures».* Dans cette définition, *«les composantes de l'écosystème incluent, outre les êtres humains et leur environnement physique, les plantes et les animaux. Pour les êtres humains, le concept sous-entend un équilibre dans la satisfaction des besoins essentiels : conditions économiques, environnementales, sociales et culturelles d'existence au sein d'une société».*

Parmi les besoins essentiels, représentés par la Pyramide de Maslow, figurent en premier lieu les besoins indispensables à l'être humain en tant qu' élément de base vivant dans un environnement défini, que l'on appelle les besoins primaires ou physiologiques. Parmi ceux-ci figure notamment le besoin de se reproduire, qui établit pour l'homme et la femme une filiation et assure de la sorte le renouvellement des générations.

Face à la crise écologique et sociale qui se manifeste désormais de manière mondialisée *(réchauffement climatique, raréfaction des ressources naturelles, pénuries d'eau douce, rapprochement du pic pétrolier, écarts entre pays développés et pays en développement, sécurité alimentaire, déforestation et perte drastique de biodiversité, croissance de la population mondiale, catastrophes naturelles et industrielles)*, le développement durable est une réponse de tous les acteurs *(états, acteurs économiques, société civile)*, culturels et sociaux, du développement.

Tous les secteurs d'activité sont concernés par le développement durable : l'agriculture, l'industrie, l'habitat, l'organisation familiale, mais aussi les services *(finance, tourisme ...)* matériels ou immatériels.
Il s'agit enfin, en s'appuyant sur de nouvelles valeurs universelles *(responsabilité, participation écologique et partage, principe de précaution, débat),* d'affirmer une approche double :

- dans le temps : nous avons le droit d'utiliser les ressources de la Terre, mais le devoir d'en assurer la pérennité pour les générations futures ;
- dans l'espace : chaque humain a le même droit aux ressources naturelles de la Terre *(principe de destination universelle des biens)*

Source : Wikipédia

JOURNÉE MONDIALE DE L'ENVIRONNEMENT

La Journée mondiale de l'environnement (JME) a été initiée par l'Organisation des Nations Unies en 1972, à l'occasion de l'ouverture de la Conférence des Nations Unies sur l'environnement de Stockholm. La JME met en avant un enjeu spécifique important différent chaque année.

Hébergée dans une ville différente lors de chaque nouvelle édition, la JME se déroule le 5 Juin et bénéficie d'une immense exposition médiatique partout dans le monde.

Buts de la JME

- Donner un visage humain aux problèmes environnementaux,
- Amener les peuples à devenir les agents actifs du développement durable et équitable,
- Promouvoir la compréhension du fait que les communautés sont incontournables dans les changements d'attitudes en ce qui concerne les problèmes environnementaux.
- Défendre le partenariat qui assurera à toutes les nations et aux peuples d'apprécier un futur plus sûr et plus prospère.

Source : Wikipédia

PLUS D'INFOS

INFORMATION MUNICIPALE

à l'hôtel de ville, ou bien sur le site Internet de votre localité, vous trouverez une foule d'informations liées à l'éco-citoyenneté…

Souvent classés par thèmes (maison, travail, vacances…), ces documents recèlent de bons conseils et d'astuces à mettre en œuvre au quotidien afin d'améliorer votre qualité de vie dans les meilleures conditions. Renseignez-vous !

SITES INTERNET

ADEME : www.ademe.fr
Agence Nationale de l'Habitat : www.anah.fr
Agence Nationale pour l'Information sur le logement : www.anil.org
Agence Nationale pour la Rénovation Urbaine www.anru.fr
www.citoyendedemain.net
www.ecolabels.fr
France Nature Environnement : www.fne.fr
GreenPeace www.greenpeace.fr
www.mesampoulesgratuites.fr
Ministère de l'Agriculture et de l 'Alimentation www.agriculture.gouv.fr
Ministère de la Transition écologique et solidaire : www.ecologie-solidaire.gouv.fr et www.developpement-durable.gouv.fr
www.picbleu.fr
WWF France Fond Mondial pour la Nature : wwf.fr

> La sagesse, c'est d'avoir des rêves suffisamment grands pour ne pas les perdre de vue lorsqu'on les poursuit.
> Oscar Wilde

La Clairière des Livres

Contribuons activement à l'avenir de notre planète, faisons pousser les livres de demain.

La Clairière des Livres développe une forêt de 30ha en Centre Bretagne au sein de laquelle nous avons déjà planté plus de 4000 arbres pour maintenir ou rétablir la biodiversité.

Cette forêt est située au Cœur de Bretagne riche en sites d'exception

Pour chaque titre d'un livre imprimé, nous plantons un arbre.

Différentes essences d'arbres sont plantées par l'atelier du Kreiz Breizh de l'ESAT de Glomel.

La Clairière des LIVRES

www.typolibris.fr/la-clairiere-des-livres

QUELQUES LABELS ÉCOLOGIQUES

NF ENVIRONNEMENT · Ecolabel · AB AGRICULTURE BIOLOGIQUE · demeter agriculture biodynamique · FAIRTRADE MAX HAVELAAR · PÊCHE DURABLE MSC · FSC · PEFC · COSMÉTIQUES BIOLOGIQUES · COSMÉTIQUE BIO CHARTE COSMEBIO · cradle to cradle · BLAUE ENGEL · GLOBAL ORGANIC TEXTILE STANDARD GOTS · Clef Verte · TCO CERTIFIED · GREEN GLOBE · NATURE & PROGRES · natureplus · CONFIANCE TEXTILE Testé substances nocives d'après Oeko-Tex® Standard 100

Casino
supermarchés

AVENUE SALVADOR DALI
66180 VILLENEUVE LA RAHO
04 68 82 82 00

AQUASOLIS
Institut de Beauté

• Spa
• Esthétique
• Onglerie
• Massage
• Maquillage
Centre BEAUTYPOLE
1 Rue Ferdinand de Lesseps
66280 SALEILLES
04 68 22 92 66

RENAULT
DACIA
SARL
GARAGE CALVET
VENTE VÉHICULES
NEUFS ET OCCASIONS
• Mécanique toutes marques
• Electricité - Dépannage
• Pneumatiques et réglages du train avant
• Station service 24h/24 et
rouleau lavage TOTAL

Rejoignez-nous sur
Garage Calvet
58 Avenue de Perpignan - 66280 SALEILLES
Tél. 04 68 22 42 57 / Fax. 04 68 22 91 82
www.garage-calvet.fr

COIFFEUR MIXTE
Styliste Visagiste
Instant Coiffure
by Mélanie

Avec et sans rendez-vous
04 68 37 73 17
1, rue Ferdinand de Lesseps 66280 Saleilles
Horaires : Mardi, jeudi et vendredi 9h - 18h30
Mercredi 9h - 12h, après-midi sur rendez-vous
et Samedi 8h30 - 17h

Action des autorités

ELIMINER LES LARVES DE MOUSTIQUES

- *Eliminer les endroits où l'eau peut stagner (seaux, bidons, soucoupes, tonneaux, etc.…)*
- *Changer l'eau des plantes et des fleurs une fois par semaine en remplaçant l'eau retenue dans les soucoupes par du sable humide*
- *Vérifier le bon écoulement des eaux de pluie et des eaux usées et nettoyer régulièrement les gouttières, les regards, les caniveaux etc...*
- *Couvrir les réservoirs d'eau (citernes, bassins) et les petites piscines hors d'usage et traitant l'eau avec de l'eau de javel ou des galets de chlore)*
- *Eliminer les lieux de repos des moustiques adultes (tailler les hautes herbes et les haies, ramasser les fruits tombés, réduire les sources d'humidité etc...*

Si vous revenez d'une région tropicale où des cas de ces maladies ont été signalés *(en particulier la Réunion)* **et si vous avez été piqué, restez attentif à votre état de santé et consultez un médecin en cas de doute.**

SURVEILLANCE RENFORCÉE

Chaque année, un dispositif de surveillance renforcée est mis en œuvre du 1er Mai au 30 Novembre. Ce dispositif repose sur :

* *Une surveillance renforcée des populations de moustiques (surveillance entomologique)*
* *Une surveillance médicale renforcée des cas éventuels de Chikungunya, Dengue ou Zika (surveillance épidémiologique)*

Le Moustique tigre peut devenir '' vecteur'' de maladies tropicales si avant de piquer il a piqué une autre personne porteuse d'un de ces virus.

Si les pouvoirs publics *(Agence régionale de santé, Services de l'Etat, Conseils Départementaux, Préfectures, Collectivités Locales etc....)* se mobilisent afin de limiter les risques de transmission de ces maladies, seuls l'effort collectif et une prise de conscience citoyenne permettront de réduire les risques et limiter l'expansion du moustique tigre en Occitanie.

LA GESTION DES DECHETS

CALENDRIERS DES COLLECTES

Sur la commune, il y a plusieurs calendriers selon les quartiers.
Une distribution des calendriers des collectes est réalisée tous les ans.
Les calendriers sont disponibles en mairie.

LA DÉCHETTERIE

Sur la commune de Villeneuve de la Raho, la déchetterie a ouvert ses portes. Cette déchetterie, nouvelle génération, bénéficie des dernières innovations en matière de gestion des déchets et propose une sécurité optimum de par sa construction. Conçue à plat, elle permet incontestablement d'éliminer tout risque de chute et facilite la circulation des usagers dans son enceinte.

Située au Sud de la communauté urbaine et d'un accès relativement facile, cette déchetterie présente l'avantage de pouvoir déverser les déchets verts et les gravats à même le sol. Pour les autres déchets, des compacteurs sont utilisés notamment pour les encombrants, le bois, la ferraille, les cartons, les appareils électriques ou électroniques, les déchets dangereux, le verre, le textile, les néons et ampoules.

Une benne, exclusivement consacrée au réemploi, permet de promouvoir l'économie circulaire et la valorisation des matériels susceptibles d'avoir un deuxième vie en les orientant vers des associations spécialisées.

A condition d'être en possession du badge commun à toutes les déchetteries de la communauté urbaine, chaque résidant à la possibilité d'utiliser la déchetterie villeneuvoise ou celle d'une autre localité.

Heures d'ouverture :
Du Lundi au Samedi inclus
de 8h30 à 12h et de 14h à 17h30
Fermée les Dimanches et Jours fériés

NOTES

SABATÉ & BOUTAN

Location de véhicules avec Chauffeur
Location de Bennes
Traitements des Déchets

Parc DUCUP - Chemin du Mas DUCUP
66000 Perpignan
04 68 55 34 04
04 68 54 37 72
www.location-benne-perpignan.fr

Faites estimer votre bien immobilier

à sa juste valeur !

Estimation offerte

Villa vendue en 1 mois
dans votre secteur

Appartement Centre-ville
vendu à la première visite

Acquéreurs ou vendeurs, l'agence vous accompagne
et sécurise vos transactions :
habitation individuelle, immeuble, terrain,
local professionnel, fond de commerce,
VISITE VIRTUELLE

ÉTUDE GRATUITE ET PERSONNALISÉE DE VOTRE PROJET

07 83 31 20 39

www.airimmobilier.com

Nouvelle adresse

Siège social : 6, rue Ernest Meissonnier
CP N°66-2015-09-T/RCS : 810360842

Air Immobilier