



Préambule

Pour atteindre l'objectif de la COP 21 de Paris, il nous faut réduire notre empreinte carbone. Il est démontré que nous sommes responsables directement de 50% de cette empreinte carbone (nos émissions de CO₂), les autres 50% sont du ressort de l'état.

Transport (responsable d'environ 1/4 de notre empreinte carbone)

- Utilisez les transports en commun, le covoiturage, les bicyclettes ou allez à pied. Évitez l'avion !
- Une réduction de la vitesse de 10km/h fait une économie de 7%.
- Savez-vous que les tests de consommation sur autoroute sont faits à 110 km/h !
- Maintenez la bonne pression des pneus pour économiser l'essence. Trop gonflé, vous ne tenez pas bien la route. Sous gonflé, vous consommez plus, fatigué le pneu et risquez l'éclatement.
- Les fuites des systèmes de climatisation sont une source majeure de chlorofluorocarbure qui détruit la couche d'ozone en étant dégagé dans l'atmosphère.
- Achetez une voiture électrique si vous roulez en ville dans un rayon optimisé. Le gain final en empreinte carbone est faible, mais dans la ville l'air sera respirable.
- Pas d'abus de freinage (consommation de carburant inutile et poussières de frein nocives) Anticipez et profitez du frein moteur !

Domicile (responsable d'environ 1/4 de notre empreinte carbone)

- Réglez votre thermostat de chauffage à 19°C dans les pièces à vivre et une température inférieure à 18°C pour les chambres.
- Changez les filtres du système de chauffage pour éviter l'émission de dioxyde de carbone par an.
- Isolez votre maison. Faites vérifier votre consommation d'énergie par un experts. (D.P.E.)
- Réglez la température du chauffe-eau aux alentours de 60°C, pas moins pour éviter des développements de légionnelles.

Nourriture (responsable d'environ 1/4 de notre empreinte carbone)

- Diminuer votre consommation de viandes et produits d'origines animales.
- Évitez le gâchis alimentaire
- Plantez un jardin potager.

Achats divers (responsable d'environ 1/4 de notre empreinte carbone)

- **Économisez** :
- Achetez des appareils qui consomment le minimum d'énergie. A+, A++, A+++
- Éteignez les appareils électriques si vous ne les utilisez pas (ordinateurs, télévision, radios si vous ne les utilisez pas.
- Insérez toutes les fiches électriques dans une seule rampe de prises multiples que vous éteindrez si vous ne l'utilisez pas.
- Remplacez les ampoules à incandescence par des LED pour réduire la consommation d'énergie de 60%. La qualité des LED est maintenant correcte.
- Utilisez des piles rechargeables.
- Installez des dispositifs d'économie d'eau dans la douche et les toilettes. Réparez les robinets en cas de fuites d'eau.
- Chargez au maximum la machine à laver.



- Privilégiez les lavages à 40°c ou 60°c. Utilisez les détergents à faible teneur en phosphates pour faire la lessive.
- Utilisez un four à micro-ondes, un grille-pain ou d'autres petits appareils électroménagers au lieu du four ou de la cuisinière.
- **Privilégiez le zéro déchets**
- Utilisez des couches pour bébé en tissu.
- Utilisez des chiffons et serviettes en tissu et non pas en papier.
- Plantez un jardin potager.
- Installez un composteur.
- Utilisez des emballages réutilisables.
- Donnez la peinture en trop à un ami.
- Réparer vos équipements. Recycler les ordinateurs, téléphones portables et autres "déchets technologiques"
- Lutter contre la surconsommation marketing
- **Privilégiez les circuits courts**
- Achetez des produits agricoles cultivés localement.
- Achetez des marchandises en gros, pour éviter le suremballage
- Régler vos factures en ligne.