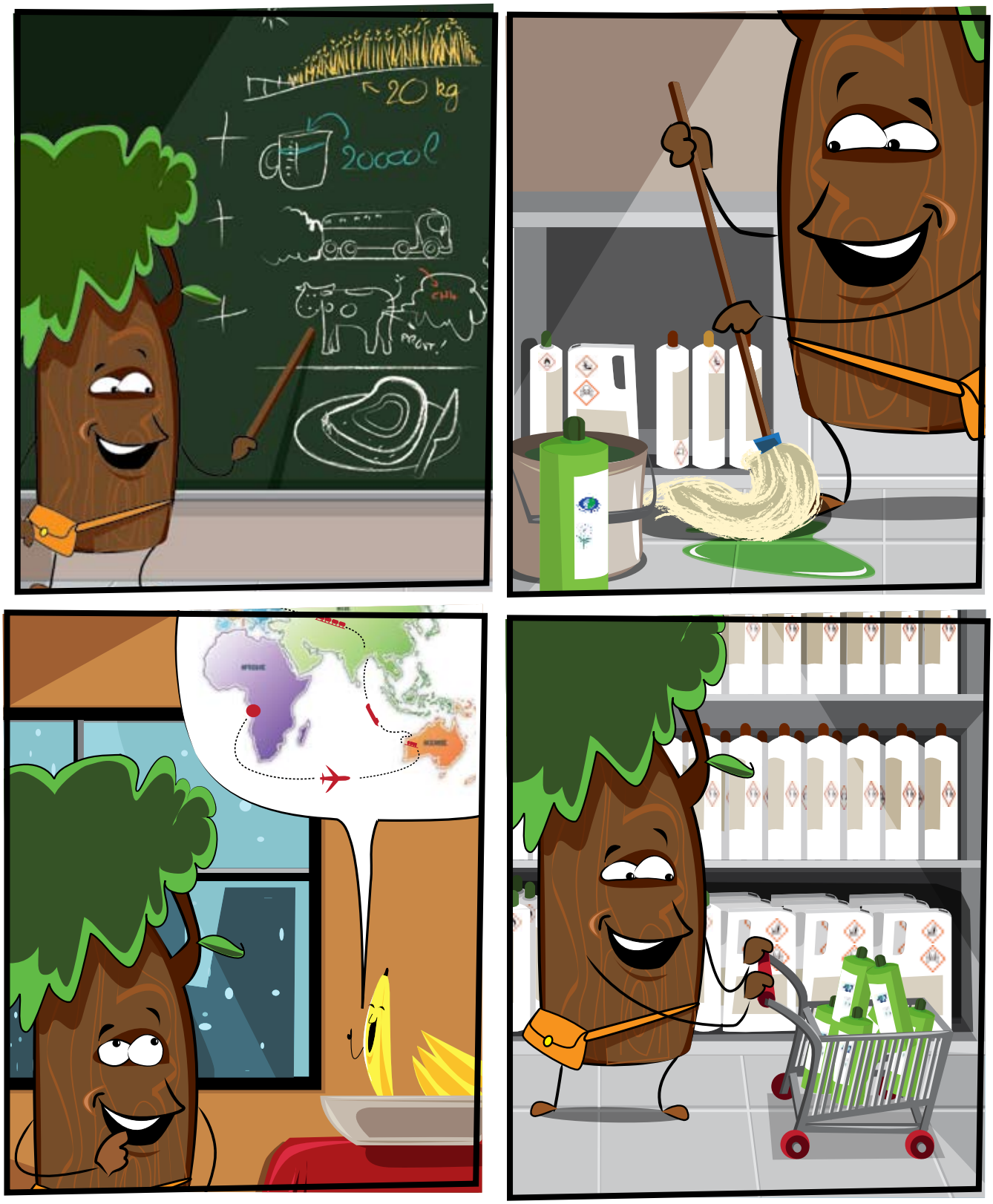
CONSOMMATION RESPONSABLE



LES MÉDIATERRE

UnisCité

PRÉSENTATION DE L'ENJEU « CONSOMMATION RESPONSABLE »

POURQUOI « CONSOMMER RESPONSABLE » ?

Acheter un produit, c'est facile, tellement facile, qu'on en oublie presque que pour être fabriqué, tout produit a besoin de matières premières, d'énergie, d'emballages, de transport... et qu'après son utilisation, même s'il est recyclé plusieurs fois, le produit se transformera en déchet.

A chaque étape de la vie d'un produit (on parle alors de cycle de vie), de l'extraction des matières premières à sa fin de vie il y a des impacts négatifs sur l'environnement : émissions de gaz à effet de serre, pollutions des milieux, disparition des ressources naturelles, ...

Pour préserver notre environnement, devenons éco-consommateurs et apprenons à consommer autrement. Mieux consommer aujourd'hui, c'est mieux vivre demain !

Le saviez-vous ?

- En additionnant le trajet parcouru par chacune des matières premières, un pot de yaourt à la fraise peut parcourir plus de 9 000 km avant d'arriver sur notre table.

- Si tous les habitants du monde vivaient comme nous, il faudrait l'équivalent de trois planètes pour maintenir notre train de vie actuel.

- La consommation de produits alimentaires est responsable de plus de 70% de la consommation d'eau.

COMMENT « CONSOMMER RESPONSABLE » ?

En repensant ses achats, il est possible de mieux consommer, dans le respect des hommes et de la planète, sans que cela ne soit ni trop cher ni compliqué. En reconnaissant les produits qui ont les impacts les moins négatifs sur l'environnement et en changeant nos habitudes de consommation, il est possible de diminuer fortement notre empreinte écologique.

1- Reconnaitre les produits qui ont le moins d'impact sur l'environnement grâce aux labels

Tous les produits que nous achetons ont un impact sur l'environnement. Cependant, à qualité égale, certains sont plus respectueux de l'environnement que d'autres. Il suffit d'apprendre à les reconnaitre ! Produits « verts», « écologiques », « bons pour l'environnement », ... il existe une multitude d' « écoproduits ». Heureusement, pour s'y retrouver et faire les bons choix, il existe des logos et des labels.

2- Changer ses habitudes de consommation

Pour devenir un bon éco-consommateur, la première action est de changer nos habitudes de consommations, par exemple en achetant des fruits et légumes de saison ou en diminuant sa consommation de viande. Pourquoi consommer des tomates en dehors de leur saison de culture et qui poussent certainement sous serre, parcourant des milliers de kilomètres, émettant par la même occasion des tonnes de CO_2 ? Attendons simplement la bonne saison pour en manger, elles n'en seront que meilleures et en plus elles seront moins chères !

AUTRES SOURCES D'INFORMATIONS

Sites web :

- ADEME : *http://ecocitoyens.ademe.fr/*
- Guide sur la consommation responsable: *www.mescoursespourlaplanete.com*
- Ministère de l'écologie, de l'énergie, du développement durable et de la mer : *www.ecologie.gouv.fr/-Eco-citoyens-.html*
- France Nature Environnement : *http://preventiondechets.fne.asso.fr/*
- Fondation Nicolas Hulot pour la Nature et l'Homme : *www.defipourlaterre.org/fraise/pdf/coach_courses.pdf*

Livres

- Eco citoyen, à vous d'agir ! - Lionelle Nugon-Badon - Editions Marabout
- Eco-citoyen au quotidien - Chaib, Thorez - Editions Sang de la Terre
- Le coach courses Fondation Nicolas Hulot pour la Nature et l'Homme

Document imprimé sur papier 100% recyclé écolabellisé avec des encres à base végétale – Réalisation Agence PatteBlanche Communication Responsable.

EAU

LES MÉDIATERRE

UnisCité

PRÉSENTATION DE L'ENJEU « EAU »

POURQUOI RÉDUIRE NOTRE CONSOMMATION D'EAU ?

Constat & chiffres clés :
La Terre est constituée de beaucoup d'eau salée, très peu d'eau douce. La Terre est recouverte à 70% d'eau. Mais plus de 97% de l'eau est concentrée dans les océans, elle est donc salée.
L'eau douce, vitale pour l'homme, représente à peine 2,5%...
La majeure partie (70%) de cette eau est gelée. ce sont les calottes polaires et les neiges éternelles. Les calottes et les glaciers fondent et leur eau rejoint la mer en se salant...
L'eau douce de la planète, disponible pour nos besoins quotidiens n'atteint pas 1% ! Cela représente près de 3 fois le volume de la méditerranée.

En un siècle, la consommation d'eau a été multipliée par 6 alors que la ressource en eau a considérablement diminué.
La pénurie d'eau est le plus grand danger qui pèse actuellement sur la planète.
En effet, 1 500 000 000 d'humains n'ont pas accès à l'eau potable, on pourrait passer à 3 milliards dans 20 ans !!

Disparité mondiale - Consommation moyenne d'eau par jour dans le monde :

Américain du Nord	600 litres
Européen	200 litres
Indien	60 litres
Habitant du Sud du Sahara ou de Madagascar	5 à 20 litres

Un touriste dans un hôtel en Afrique consomme 7 à 10 fois plus d'eau pour se laver qu'un habitant local pour arroser son champ et nourrir sa famille.

40% de l'humanité souffrirait déjà de carences en eau.

A quels usages est destinée la consommation d'eau ?
En France, la consommation nette totale (non restituée) est estimée à 5 à 7 milliards de m3 :
- 70 % utilisés par l'agriculture
- 24% pour l'alimentation et eau potable
- 5% utilisés par l'industrie

Répartition de la consommation d'eau des ménages en France :
Un français consomme environ 160 litres d'eau potable par jour.

Bains & douches	39%
Sanitaires	20%
Lessive	12%
Vaisselle	10%
Cuisine	6%
Divers domestique :	6%
Lavage voiture et arrosage	6%
Boisson	1%
Total	100%

COMMENT RÉDUIRE NOTRE CONSOMMATION D'EAU ?

Il existe plusieurs façons de réduire notre consommation d'eau :
- Traquer les fuites d'eau ! Des milliers de litres d'eau sont gaspillés chaque jour à cause des fuites.
- utiliser des équipements de réduction de consommation
- et plusieurs autres actions que nous verrons dans les fiches éco gestes.

Le saviez-vous ?
- 23 pays se partagent les 2/3 de la ressource en eau douce
- une machine à laver la vaisselle (classe A) utilise moins d'eau que le lavage à la main
- l'eau du robinet coûte 100 à 300 fois moins cher que l'eau en bouteille et pas de bouteilles plastiques à la poubelle
- l'eau utilisée quotidiennement pour les chasses d'eau (30L) correspond à la consommation d'eau d'un habitant du sud sahara.

AUTRES SOURCES D'INFORMATIONS

Le coût de l'eau :
- eau du robinet* = en moyenne 0,003 €/L
- carafe filtrante = en moyenne 0,07 €/L
- eau minérale en bouteille = 0,32 €/L

Source : Fédération professionnelle des entreprises de l'eau (FP2E) 2009 - 3,01 € /m³

Prix par an pour 1,5L/jour :
- robinet= 1,64 €
- carafe= 38,32 €
- bouteille 175,20 €

Pour en savoir plus ...
C.I.EAU, l'eau dans la vie de tous les jours : *www.cieau.com*
Eco Tips (pommes de douche à débit réduit et multiples trucs écolo) : *www.eco-tips.com*
Recommandé par le WWF : *www.ecoperl.fr*

Document imprimé sur papier 100% recyclé écolabellisé avec des encres à base végétale – Réalisation Agence PatteBlanche Communication Responsable.

ÉNERGIE

LES MÉDIATERRE

UnisCité

PRÉSENTATION DE L'ENJEU « ÉNERGIE »

POURQUOI RÉDUIRE NOTRE CONSOMMATION ÉNERGÉTIQUE ?

On a besoin d'énergie tous les jours pour vivre. C'est elle qui permet de se chauffer, s'éclairer, et faire fonctionner les appareils. En fait il est impossible de faire ou produire quelque chose sans en consommer.

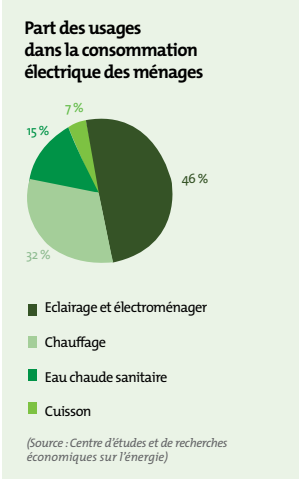
Une partie de l'énergie que nous utilisons pour vivre provient de **ressources fossiles qui mettent des millions d'années à se reconstituer** (pétrole, charbon, gaz) qui disparaissent quand on les utilise et qui émettent des gaz à effet de serre en partie responsable du "phénomène de changement climatique" qui fait courir de graves dangers à la planète.

D'autre part, on constate ces dernières années que la part des revenus consacrés à la consommation d'énergie par les ménages aux revenus les plus modestes augmente et dépasse les 10% de leur revenu. De plus la raréfaction de certaines ressources, comme par exemple le pétrole qui nous sert à fabriquer de l'essence, du fioul de chauffage, du plastique mais dont les ressources seront épuisées dans une trentaine d'années, devrait inévitablement conduire à une augmentation sensible du prix de l'énergie.

Il est donc essentiel de changer nos comportements et réduire notre consommation énergétique à la fois pour notre planète et pour réduire sa facture énergétique.

COMMENT RÉDUIRE NOTRE CONSOMMATION ÉNERGÉTIQUE ?

Nous utilisons de l'énergie dans les transports et dans le logement. La répartition de l'utilisation de l'énergie dans le logement est présentée dans le graphique ci-dessous:



Voici 4 façons d'économiser l'énergie :

- **La première est d'éviter dès que possible l'usage des appareils consommant de l'énergie.** On peut par exemple faire sécher son linge à l'air libre plutôt que dans un sèche-linge.

- **La deuxième est d'utiliser uniquement l'énergie dont on a besoin en évitant de la gaspiller.** Pour cela, il suffit simplement de prendre de bonnes habitudes, comme éteindre les veilles des appareils électriques, éteindre le chauffage dans les pièces inutilisées la journée comme les chambres, éteindre les lumières lorsqu'on quitte une pièce ou encore éteindre l'écran de son ordinateur quand on ne l'utilise pas.

- **La troisième est d'éviter le suréquipement en matière d'appareils électroménagers et d'équipement multimédia** (TV, lecteur DVD, Hifi, micro informatique, boîtier Internet, etc.). Les économies faites sur la consommation d'énergie à la maison peuvent être annulées par le suréquipement en matériel électrique.

- **Enfin, lorsqu'on est obligé d'utiliser de l'énergie, il faut aider nos appareils à en dépenser le moins possible.** On peut acheter des produits qui consomment moins (étiquette énergie classe A), bien les entretenir et savoir les utiliser correctement. Par exemples : Laver à 30°c, faire des cycles de lavage courts ou mettre un couvercle sur les casseroles, etc.

AUTRES SOURCES D'INFORMATIONS À CONSULTER

Sites web :
- **ADEME :** *http://ecocitoyens.ademe.fr/*
- Faisons vite (ADEME) : *http://www.faisonsvite.fr*
- Ministère de l'écologie, de l'énergie, du développement durable et de la mer : *http://www.developpement-durable.gouv.fr/energie/*

Livres :
- Le changement climatique expliqué à ma fille – Jean-Marc Jancovici – Ed. Seuil
- L'énergie, Ressources, technologies et environnement – Christian Ngo – Ed. Dunod
- Maitrisons l'énergie en faisant le plein d'économies
- Ademe & Fondation Nicolas Hulot pour la Nature et l'Homme

DVD / CD ROM :
- DVD Une vérité qui dérange – Al Gore
- CD Rom Energie fossile, Effet de serre, Climat... Comprendre et Agir.

IMPORTANT :
Que faire des lampes basse consommation usagées ?
Il faut absolument les collecter car elles comportent des polluants (mercure). On peut soit les rapporter au magasin (elles sont reprises pour l'achat d'une lampe basse consommation neuve) soit les déposer dans une déchèterie ou dans magasin avec un point de collecte.
Pour trouver la liste des déchèteries ou des filières de collecte : *« www.malampe.org ».*
Par contre, les ampoules usagées classiques, à firmament, et halogènes peuvent être jetées directement à la poubelle.

Document imprimé sur papier 100% recyclé écolabellisé avec des encres à base végétale – Réalisation Agence PatteBlanche Communication Responsable.

DÉCHETS

LES MÉDIATERRE

UnisCité

PRÉSENTATION DE L'ENJEU « DÉCHETS »

POURQUOI RÉDUIRE NOS DÉCHETS ?

En tant que consommateurs, nous sommes à l'origine de nombreux déchets.

Un déchet est source de pollution et de contamination de l'air, de l'eau et du sol.

En seulement 40 ans, nous avons doublé notre production de déchets : chaque français produit en moyenne 353 kg par an soit environ 1 kg par personne et par jour !

Chaque année nos déchets représentent l'équivalent de 21 millions de tonnes soit 2500 fois le poids de la Tour Eiffel !

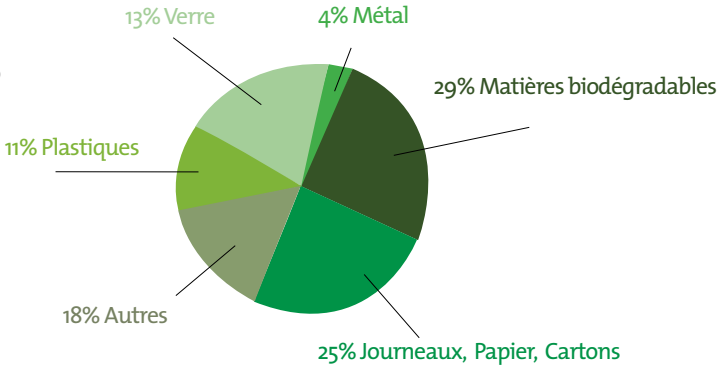
Le traitement d'une tonne de déchets coûte environ 150 euros, soit plus de 50 euros par personne dépensés chaque année.
Habitant du Sud du Sahara ou de Madagascar.....5 à 20 litres

Un touriste dans un hôtel en Afrique consomme 7 à 10 fois plus d'eau pour se laver qu'un habitant local pour arroser son champ et nourrir sa famille.

40% de l'humanité souffrirait déjà de carences en eau.

Chiffres clés sur la durée de vie des déchets dans la nature source : surfrider Foundation Europe) (*ordre de grandeur

Qu'y a-t'il dans nos poubelles ? en pourcentage du poids humide. source ADEME



COMMENT RÉDUIRE NOS DÉCHETS ?

Nous pouvons diminuer l'impact sur l'environnement de nos déchets en respectant la règle des « 4 R *» :

REDUIRE : Comme « il n'y a pas meilleur déchets que celui qui n'est pas produit », nous pouvons déjà mettre en place de nombreux éco gestes, très simples, qui nous permettront de diminuer notre quantité de déchets à la source ! On estime qu'il est possible de réduire de 50kg nos déchets par an et par personne. Multipliez par 30 millions et vous aurez le chiffre pour la moitié des français !

RECYCLER : Un déchet qui devient un produit, ce n'est plus vraiment un déchet ! Alors offrons une seconde vie à nos déchets en les triant! Ils seront ainsi recyclés ce qui permettra d'économiser des matières premières et de moins polluer.

REPARER et REUTILISER : Evitons de jeter à la poubelle les produits dont on ne se sert plus et qui sont encore potentiellement en état de marche : nous pouvons réparer, troquer, revendre, donner, ...

Source : Fondation Nicolas Hulot pour la Nature et l'Homme

AUTRES SOURCES D'INFORMATIONS À CONSULTER

Liens internet :
- **Eco emballages :** *www.ecoemballages.fr/*
- **Réduisons nos déchets (Ademe) :** *www.reduisonsnosdechets.fr/*
- **France Nature Environnement :** *http://preventiondechets.fne.asso.fr/*
- **France Nature Environnement** (pour les juniors) : *http://preventiondechets.fne.asso.fr/junior/*

Livret et exposition :
"Moins d'ordures pour les générations futures" à consulter sur le site: *http://preventiondechets.fne.asso.fr/livretpreventionfne.pdf*

Livres /BD :
- Pour les enfants : « Les déchets et le recyclage » (Album) de Turnbull Stephanie
- pour les plus grands : « Découvrir le recyclage et la récup » de Pascale d'Erm (éditions Glénat).

Informations supplémentaires :
- Pour tous les déchets qui ne se recyclent pas, on utilise le container à ordures ménagères classique.
- lorsqu'on a un doute sur un déchet, il faut le jeter avec les non recyclables.

Document imprimé sur papier 100% recyclé écolabellisé avec des encres à base végétale – Réalisation Agence PatteBlanche Communication Responsable.