

**ECO  
NO  
MISONS**

# l'énergie



**C BON  
POUR LE  
BUDGET**

**C BON  
POUR LA  
PLANÈTE**

**1°C  
en moins  
=  
7% d'économie  
sur la facture !**

**Sur 1 an  
la TV  
consomme autant  
en veille  
qu'en marche !**

**1 ampoule  
basse  
consommation, c'est  
4 à 5 fois moins  
d'énergie  
consommée !**

Parce que les ressources énergétiques ne sont pas inépuisables, il est essentiel d'économiser l'énergie au quotidien ... c'est possible avec des gestes simples !

A la maison et/ou sur notre lieu de travail nous pouvons, entre autre :

- ✓ Privilégier les ampoules basse consommation
- ✓ Eteindre la veille des appareils électriques
- ✓ Eteindre la lumière en sortant d'une pièce
- ✓ Régler le chauffage : 19°C dans les pièces à vivre  
16 °C dans les chambres

... Dans les tâches ménagères, pensons à dégivrer régulièrement réfrigérateur et congélateur, réduire la température de lavage du lave-linge ou couvrir les casseroles pendant la cuisson, ...

En prenant quelques bonnes habitudes, non seulement nous réduisons nos coûts énergétiques, mais nous agissons pour nos enfants et la santé de tous !

L'énergie la moins chère est toujours celle que l'on ne consomme pas !



**Avec la CSF, adoptons les bons réflexes !**

# recyclons les piles

C'est facile  
et  
utile !



1 PILE BOUTON  
au mercure  
pollue 1m<sup>3</sup>  
de terre  
pendant 50 ans !

Trop de piles usagées finissent encore à la poubelle et dans les incinérateurs. Pourtant nous pouvons tout simplement les déposer dans les magasins qui vendent des piles (*supermarchés, magasins de bricolage, hifi/vidéo, ...*) puisque **LES REVENDEURS SONT TENUS DE LES COLLECTER GRATUITEMENT**, en vue de leur recyclage. Nous pouvons également les déposer dans les conteneurs prévus à cet effet, présents dans tous les centres de collecte.



Le recyclage des piles usagées permet la récupération des matières premières qu'elles contiennent (dont des métaux lourds, très polluants) et ainsi d'en réduire l'utilisation.

Non recyclées, les matières premières contenues dans les piles polluent fortement notre environnement car elles restent concentrées dans les sols et se retrouvent dans l'eau ou les plantes, ... Elles sont donc susceptibles de s'accumuler dans la chaîne alimentaire en ayant à long terme, des effets toxiques pour notre santé.

ECO  
NOMIQUE  
& ECO  
LOGIQUE

**PENSEZ** aux  
**PILES RECHARGEABLES**  
elles peuvent être rechargées  
plusieurs centaines de fois !

Avec la CSF, adoptons les bons réflexes !

# sur- emballage



De plus en plus  
d'emballages  
de moins  
en moins  
recyclables !

Chaque français jette **125 kg**  
d'emballages par an\* **soit un tiers**  
des ordures ménagères.

4,7 millions de tonnes d'emballage sont mis chaque année sur le marché et la quantité d'emballage consommée ne cesse d'augmenter : *dose unique, produits à usage unique, essor du marketing sur l'emballage, ...*

De plus, les industriels privilégient les emballages plastiques (plus légers), plutôt que des matériaux recyclables et réutilisables, comme le carton ou le verre. Ce plastique sera ensuite brûlé, entraînant l'émission de substances chimique toxiques.

\*Source : ADEME

Choisissons  
d'acheter  
des produits  
avec moins  
d'emballage

VRAC  
=  
moins  
d'emballage

Avec la CSF, adoptons les bons réflexes !

  
**la CSF**  
Confédération Syndicale des Familles

# eau

C BON  
POUR LA  
PLANÈTE



## PRÉSERVONS L'EAU



Nous consommons en moyenne 200 litres d'eau potable par jour et par personne, et ce, pour de nombreux usages : boisson, cuisine, toilettes, vaisselle, ... mais aussi pour la lessive ou encore l'arrosage.

Tous ces usages ne nécessitent pourtant pas de l'eau potable ou une utilisation abondante !

C BON  
POUR LE  
BUDGET



Parce que les ressources en eau douce ne sont pas inépuisables, la gestion de l'eau est l'affaire de tous !

De plus, une consommation d'eau à outrance ou une fuite non détectée, peuvent peser très lourd sur le budget, alors qu'avec des bonnes habitudes au quotidien, des robinets et tuyauteries bien entretenus et des appareils économes, de réelles économies sont possibles, et ce, sans perte de confort !

Avec la CSF, adoptons les bons réflexes !

# le BIO

Dans notre  
alimentation

LABELS OFFICIELS



Le label Européen de l'Agriculture Biologique doit, depuis janvier 2009, figurer à côté du label français AB sur un même produit et à terme pourra constituer le logo unique attestant de la certification en agriculture biologique.

**A savoir...**  
Contrairement aux idées reçues, les produits issus de l'agriculture biologique ne sont pas forcément plus onéreux. On les trouve désormais, dans les grandes surfaces, les petits commerces, les discounters, ...  
**A nous de comparer !**

Le « BIO » fait référence à l'agriculture biologique qui est un mode de production respectueux de l'environnement.

REGLEMENTÉS  
ET CONTRÔLÉS  
PAR  
LES POUVOIRS  
PUBLICS

Pour les produits alimentaires, **2 logos** certifient que le produit, conformément à la réglementation, contient au moins **95 %** d'ingrédients issus de l'agriculture biologique : le logo AB France et le logo Européen.

Les produits bénéficiant de l'un de ces labels doivent être composés d'ingrédients ne contenant ni pesticides, ni engrais chimiques, ni OGM, ni huile végétale hydrogénée, ...

## NE PAS CONFONDRE le BIO et ...

- le **commerce équitable** qui est un système d'échange commercial mondial alternatif, dont l'un des objectifs est de garantir une meilleure part de revenus aux producteurs des pays du sud.
- la **diététique** qui se rapporte à l'équilibre alimentaire. Avoir une alimentation diététique, c'est consommer quotidiennement des produits dans la limite de ce qui est conseillé : apports gras, sucrés, salés, ...

## ATTENTION aux apparences trompeuses !

Certains produits semblent « BIO » (emballage de couleur verte, recyclable, etc.) mais ne le sont pas ! Seuls les labels présentés plus haut garantissent que les produits sont issus de l'agriculture biologique, et ont été contrôlés par les pouvoirs publics.

Avec la CSF, adoptons les bons réflexes !

la **CSF**  
Confédération Syndicale des Familles

# les ecolabels

non alimentaires

REGLEMENTÉS  
ET CONTRÔLÉS  
PAR  
LES POUVOIRS  
PUBLICS

## LABELS OFFICIELS



Créé en 1992, l'Ecolabel européen est le seul label écologique utilisable dans tous les pays membres de l'Union Européenne. Il prend en compte l'extraction des matières premières, la fabrication, la distribution et l'utilisation jusqu'à son recyclage.



Le label NF-Environnement est un ecolabel français qui garantit que le produit répond à des normes précises, prévoyant la réduction des impacts environnementaux.

## Soyons vigilants !

C'est grâce au choix averti des consommateurs, que de plus en plus d'entreprises s'engageront dans des démarches rigoureuses et contrôlées.

De plus en plus de logos faisant référence à l'environnement et au Développement Durable, apparaissent sur l'étiquetage des produits de consommation courante (alimentation, produits ménagers, ...). C'est pourquoi, il est important de savoir distinguer un discours marketing d'une vraie démarche environnementale certifiée par les labels officiels.

**Les ecolabels officiels** distinguent des produits et des services plus respectueux de l'environnement et ont un impact direct pour la préservation de l'environnement.

Pour les produits non alimentaires, **2 ecolabels** sont délivrés en France : le label NF-Environnement et l'Ecolabel Européen.

**Les labels autocontrôlés par les entreprises** ont un impact indirect



L'anneau de Moebius : le produit ou son emballage est recyclable et dispose de filières de collecte pour son recyclage.



Papier recyclé

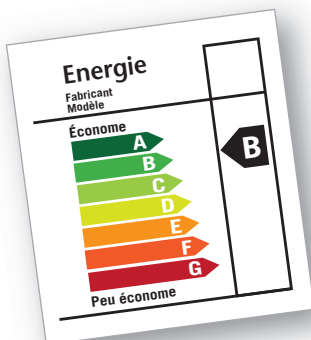
Papier recyclé : une partie du produit est composée de papier recyclé, mais sans précision, ni garantie de ce pourcentage et /ou sur l'origine des fibres.



Le point vert : le producteur du produit paie une contribution à une société (Ecoemballages) qui aide les communes à développer les collectes sélectives pour valoriser les emballages.



~~Préserve la couche d'ozone : NE FAIT QU'APPLIQUER LA REGLEMENTATION il n'y a donc aucun "plus" écologique !~~



**L'ÉTIQUETTE ENERGIE**, quant à elle, n'est pas un label. Mais elle est très utile, car elle permet de signaler au consommateur les produits les plus économes. Elle a donc un réel impact écologique et économique !

Avec la CSF, adoptons les bons réflexes !

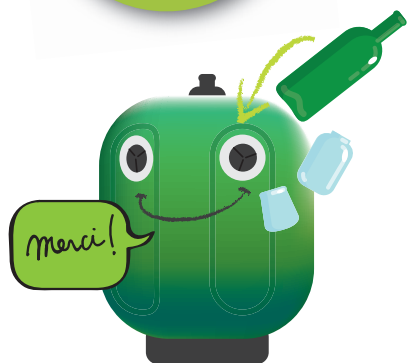
la **CSF**  
Confédération Syndicale des Familles

# trions nos déchets

Bien trier  
nos déchets  
ça  
s'apprend !



1 TONNE  
de plastique  
recycle  
=  
650 kg  
de pétrole brut  
économisé !



## \* A SAVOIR...

Certaines communes expérimentent des consignes de tri différentes, notamment sur le plastique.

Les règles indiquées ci-dessus sont celles qui ont été le plus généralement mises en place en France.

En cas de doute, contactez votre Mairie ou votre Syndicat Intercommunal.

Chaque année, 400 kg de déchets par personne sont transportés et éliminés. En triant nos déchets, nous sommes le premier maillon de la chaîne du recyclage !

## POURQUOI RECYCLER ?

Pour PRÉSERVER les ressources naturelles, ÉCONOMISER l'énergie, PARTICIPER au développement d'un secteur d'activité créateur d'emploi, LIMITER les émissions de gaz à effet de serre et donc le réchauffement climatique.

**BIEN TRIER, C'EST :** savoir distinguer les déchets recyclables des non-recyclables et ensuite, savoir où les déposer.

## RESPECTER LES CONSIGNES DE TRI

Tous les déchets d'emballage ne peuvent encore être valorisés ! Si vous avez un doute, mieux vaut jeter dans la poubelle habituelle.

## JE DÉPOSE DANS LE BAC DE TRI \* :

- Les emballages en acier et aluminium (*canette, boîte de conserve, aérosol, ...*)
- Les emballages en papier et carton (*boîte de céréales, de gâteau, ...*)
- Les briques alimentaires (*brique de lait, de soupe, ...*)
- Tous les journaux et les revues débarrassés de leur film plastique
- Pour le plastique, je trie uniquement les bouteilles et flacons (*bouteille d'eau, flacon de liquide vaisselle, gel-douche, ...*)

## JE DÉPOSE DANS LE CONTENEUR A VERRE :

- Les bouteilles, bocaux, pots et autres contenants.

Avec la CSF, adoptons les bons réflexes !

# "gaspì" alimentaire

Luttons contre  
le gaspillage  
en choisissant  
bien  
nos produits !



En France, les consommateurs jettent 7 kilos par an\* de produits alimentaires non déballés.

1,3 milliard de tonnes de produits alimentaires seraient perdues par an au niveau mondial ! Ce gaspillage qui génère des déchets, est d'autant plus inacceptable, lorsque l'on sait que près d'un milliard de personnes souffrent d'insécurité alimentaire ou de malnutrition.

De plus, quand un produit, emballé ou non, est perdu ou gaspillé, cela induit la perte ou le gaspillage de toutes les ressources qui ont été utilisées en amont.

Les impacts de ce gaspillage sont à la fois d'ordre environnemental, social et économique.

**ORGANISER  
LE RÉFRIGÉRATEUR**  
=  
mettre les produits  
les plus anciens  
devant

**C BON  
POUR LE  
BUDGET**



Nous avons tous un rôle à jouer dans la prévention du gaspillage, le prévenir se fait lors du choix du produit :

- Prévoir le volume par rapport à nos besoins réels et à la durée de vie des produits
- Faire une liste de course pour réduire les achats impulsifs
- Bien gérer son réfrigérateur et accommoder les restes
- Préferer les produits en vrac pour acheter la quantité dont nous avons vraiment besoin ...

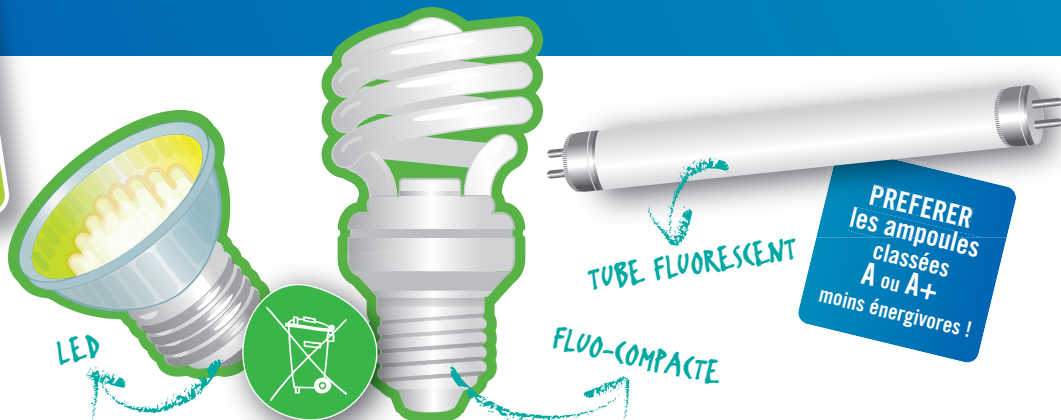
\*Source : ADEME

Avec la CSF, adoptons les bons réflexes !

# lampes

## basse consommation

**2 AVANTAGES :**  
elles économisent  
l'énergie et sont  
recyclables



Plus de 90%  
du poids de  
ces lampes  
est recyclable  
et permet...

la  
fabrication  
de produits  
neufs

**Recycler nos lampes basse consommation, permet la fabrication de produits neufs (canettes, tubes fluorescents, ...) en consommant beaucoup moins d'énergie et limite également les risques de pollution liés au mercure qu'elles contiennent (0,005% du poids de la lampe) en empêchant son rejet dans l'atmosphère ou dans les sols.**

### Reconnaître les lampes recyclables :

depuis 2005, elle portent toutes le logo « poubelle barrée ». Il s'agit :

- des lampes fluo-compactes
- des lampes à LED
- des tubes fluorescents



### Recycler les lampes usagées, c'est simple :

- rapporter ses lampes en magasin
- déposer ses lampes en déchèterie
- confier ses lampes à l'électricien

### Les consignes pour un tri efficace :

- trier séparément les tubes et les ampoules
- déposer les lampes sans les casser
- déposer les lampes sans autre déchet

### A SAVOIR

Les anciennes ampoules à incandescence et les halogènes, ne se recyclent pas.

RAISON DE PLUS  
POUR UTILISER  
LES AMPOULES  
BASSE CONSOMMATION !



**RECYCLUM :**  
Eco-organisme  
agréé pour l'élimination  
des lampes usagées

Société privée à but non lucratif,  
menant une mission d'intérêt général  
dans le domaine de l'environnement,  
sous le contrôle des Pouvoirs Publics

**Avec la CSF, adoptons les bons réflexes !**



# L'obsolescence programmée

(ou désuétude planifiée)



C'est la réduction volontaire de la durée de vie ou d'utilisation d'un produit, programmée par les fabricants pour inciter à acheter un nouveau produit.

Alors que le consommateur s'imagine qu'il pourra conserver son bien 5, 10, ou 20 ans, le professionnel a déjà programmé la date à partir de laquelle le produit ne pourra plus être utilisé. Evidemment cette information n'est pas délivrée au consommateur !

## La CSF souhaite :

- ✓ l'obligation légale de réparabilité des appareils manufacturés
- ✓ l'obligation légale d'afficher la durée de vie programmée des produits
- ✓ l'application de la réglementation concernant la durée de mise à disposition des pièces détachées
- ✓ l'étendue de la garantie légale à 5 ans
- ✓ la sensibilisation des consommateurs sur la réparation ...

L'obsolescence programmée est néfaste pour l'environnement car la surconsommation entraîne une surproduction de déchets, l'épuisement des ressources naturelles non renouvelables, des énergies fossiles ... **et coûte cher au consommateur**, en l'obligeant à augmenter toujours plus sa consommation !

L'obsolescence esthétique a pour objectif de démoder volontairement et très rapidement un produit, sous l'effet de messages publicitaires vantant de nouveaux produits vendus par le même professionnel.

L'obsolescence technique, quant à elle, programme à l'avance la durée de vie d'un élément essentiel du produit, sans laisser la possibilité de le réparer. Cela est le cas dans de nombreux domaines : *électroménager, vêtements, automobile, ...*

Certaines enseignes d'électroménager allant même jusqu'à donner une fausse information, en prétendant qu'un appareil n'est pas réparable pour conseiller d'en acheter un nouveau !

Avec la CSF, luttons contre  
l'obsolescence programmée !