



# Le Forestier

## Lettre d'information

de Leforest Environnement



# Écocitoyenneté



Citoyens de pays industrialisés, nous sommes tous responsables du changement climatique. Nous détruisons, inconsciemment ou non, notre biodiversité, nous bouleversons notre écosystème, nous dégradons notre environnement, nous altérons nos ressources comme l'eau, le sol, l'air et nous portons de ce fait des atteintes très violentes à notre santé, nous bâtissons un cadre de vie au sein duquel nous ne sommes pas forcément heureux.

Le changement climatique semble être une préoccupation très lointaine pour nombre d'entre nous. Les problèmes sociaux majeurs tels que le chômage, la précarité, les inégalités sociales, l'exclusion, et bien d'autres calamités humaines, l'égoïsme économique relèguent la lutte contre le réchauffement climatique aux accessoires. Lorsque le danger n'est pas évident, c'est-à-dire non perçu dans l'immédiat sensoriellement

et physiquement, il reste alors très distant.

*« Nous n'écoutons d'instincts que ceux qui sont les nôtres,  
Et ne croyons le mal que quand il est venu. »  
L'Hirondelle et les petits Oiseaux ; Jean De La Fontaine*

Citons quelques exemples démonstratifs :

Les catastrophes en série tel que le typhon dévastateur qui touche les Philippines sous des rafales très violentes, et les inondations qui s'ensuivent ne nous touchent pas directement, donc on s'en fout. D'autre part on a aucune idée de ce qu'est une Micro particule, aucune idée de ce que signifie 200ppm (partie par million =  $1 \text{ mg/kg} = 0,001 \text{ g/kg}$ ) de dioxine carbone dans l'air, 500ppm de plomb ou 20ppm de cadmium dans le sol parce que c'est invisible, cela ne nous touche pas outre mesure, tout cela reste abstrait. Si par contre les ppm étaient autant de vermines, venimeuses de surcroît, dans l'atmosphère et dans le sol, et si l'on voyait des morts s'aligner sur la route après le passage de notre pot d'échappement alors notre comportement serait sans doute bien différent...

Nous affligeons, insciemment ou sciemment, des dom-

mages à autrui, nous sommes les pires prédateurs de la planète. Aujourd'hui on concède à admettre, et on ne cesse de le répéter que tout cela est dû à la présence de l'homme sur la Terre... On reconnaît aujourd'hui que : « **Jamais l'humanité ne s'est comportée comme cela** »

On se dit souvent : « j'ai une bonne connaissance, une représentation claire de tout cela, donc mon comportement va forcément en découler, mécaniquement », mais il faut reconnaître notre imposture, l'homme est un être qui fuit devant les événements qu'il doit affronter, et qui phagocyte son environnement lorsque ces circonstances ne sont pas présentes.

On a toujours tendance à croire aussi que les répercussions cataclysmiques du réchauffement climatique sont encore très lointaines, et on continue à parler de « **générations futures** » alors que nous sommes déjà cette génération qui entre dans une nouvelle ère planétaire... On n'a pas encore compris que dorénavant il faut agir préventivement pour sauvegarder notre écosystème, et non pas se limiter à mettre en place des traitements curatifs pour régler les problèmes. D'ailleurs on se rend compte que

les « COP » n'aboutissent à rien, du moins à pas grand-chose...

Restent ceux qui persistent, qui demeurent sous le joug de l'assuétude au progrès quel qu'il soit, les accros, qui préfèrent rester dans le déni pour éviter de remettre en cause toute leur pensée.

C'est parfois un combat difficile face à une vague fanatique qui pousse à penser que seule la science et la technologie peut résoudre nos problèmes et nous



rendre heureux, que seul l'argent et la production peut contribuer à améliorer notre société. Notre civilisation occidentale, complètement abstraite, a usurpé sur la Nature par son hypertechnicité, croyant pouvoir techniquement la contrôler. Mais à moins de perdre la raison, ce qui arrive d'ailleurs à notre monde, on se rend bien compte que cela ne marche pas, car on n'aura jamais une parfaite connaissance du système Terre. Gaïa reprend ses droits et son réveil s'accompagne d'un sévère déséquilibre. Alors l'humanité prétend savoir ce qu'il faut faire pour impulser le changement, mais elle a peur de s'y mettre, peur du changement, de perdre le confort acquis en pillant parfois la nature. Le terme « *décroissance* » fait peur, peur de régresser, de revenir à un âge antérieur, alors que l'on sait très bien que notre mode de vie est truffé d'éléments et de concepts superfétatoires aboutissant à la boulimie énergétique et a fortiori au gaspillage. Les composantes de notre modèle social ne sont plus raisonnables, plus rien n'a vraiment de sens. On pérennise un système, on essaie de faire croire que c'est la bonne voie alors que l'on sait irréfragablement que c'est faux.

On entend souvent ce raisonnement capitulaire : « "A quoi bon passer à l'acte si personne ne fait pareil ? » Mais utilisons là le raisonnement contraire et posons-nous la question : « Quelles seraient les conséquences si tout le monde faisait pareil ? ». Par exemple si au début je suis seul à prendre mon vélo, un autre le fera et au bout du compte beaucoup d'autres, et il y aurait peut-être moins d'automobiles sur les routes... Moins d'émissions de gaz, etc.

Mais ne cédon pas à cette morosité, il y a de l'espoir, il y a beaucoup de gens qui ont compris



cette logique et qui essayent de changer leur mode de vie. Chacun ne décidera pas seul, mais en même temps, on ne décidera pas tout à notre place. Il faut à la fois que les citoyens acceptent le changement, voire le devancent, et que les politiques, après trente ans où ils se sont confondus avec une école de commerce mondiale, finissent par reprendre leur rôle : défendre le bien public. On est déjà dans le noir et on va vers de gros problèmes. Mais cela peut être le moteur d'un changement de civilisation salubre...

## Les gestes écocitoyens

### L'écocitoyen et les déchets Produire moins de déchets

Réutiliser ou refuser les sachets plastiques  
Préférer les pots contenant davantage de produits  
Éviter au maximum les produits jetables et les emballages  
Penser à donner au lieu de jeter  
Réparer ou faire réparer au lieu de jeter

### Les déchets à la maison

STOP PUB : refuser la publicité dans la boîte aux lettres  
Récupérer les déchets alimentaires

Ne pas jeter dans l'égout ni les toilettes

Rapporter ses médicaments en pharmacie

**N'oubliez pas de trier vos déchets !**

Le tri des déchets permet de lutter efficacement contre le gaspillage des ressources naturelles, de promouvoir les économies d'énergie et d'épargner l'environnement.

Pour pouvoir être recyclés, les déchets ne doivent pas être mélangés avec les ordures ménagères sinon ils se saliraient mutuellement et les matières premières secondaires ne seraient alors plus récupérables.

La récupération des déchets recyclables permet de préserver notre environnement (préservation des ressources naturelles et des matières premières, limitation des gaz à effet de serre) et de maîtriser les coûts d'élimination des déchets (limitation des quantités de déchets à éliminer par l'incinération ou l'enfouissement qui sont des procédés de plus en plus coûteux).

Quelques exemples de matériaux recyclés qui offrent une seconde vie :

27 bouteilles d'eau minérales recyclées permettent de fabriquer un pull polaire ;  
le papier est recyclable jusqu'à 6 fois ;  
le verre est recyclable indéfiniment ;  
l'aluminium est recyclable de milliers de fois. Ainsi avec 670 canettes on peut fabriquer un vélo.

### Les déchets à l'extérieur

N'entretenez pas et ne créez pas de décharges sauvages

Ne déversez aucun produit dans les cours d'eau.

Ne jeter pas vos détritiques par la fenêtre quand vous roulez

Ne jetez pas vos mégots, les papiers d'emballage des aliments

que vous consommez (bonbons, Macdo, canettes, etc.), les chewing-gums, emportez-les ou jetez les dans une poubelle.

Ne jetez pas vos huiles usagées dans la nature

Même si vous n'en êtes pas responsable, ramassez les détritux et mettez-les à la poubelle...

## L'écocitoyen et l'eau

Éviter de faire couler l'eau inutilement

Opter pour des systèmes de chasse d'eau à deux débits

Vérifier qu'aucun robinet ne fuit

Prendre des douches

Équiper vos robinets de réducteurs de débits

Penser à récupérer l'eau du robinet

Profiter de la pluie pour nettoyer la voiture

Récupérer l'eau de pluie ou celle des puits pour arroser

Faire pipi dans la douche

La récupération d'eau de pluie

Pour économiser l'eau et ainsi préserver la ressource en eau, il est intéressant de stocker l'eau de pluie dans une citerne. De plus, en milieu urbain les sols n'étant plus perméables (tout béton), si l'eau n'est plus systématiquement rejetée dans les conduites d'évacuation cela évite d'éventuelles inondations.

## Écocitoyen : gérer sa consommation d'électricité

Choisir des véhicules peu consommateurs

Bannir les voitures 4x4

Opter pour le co-voiturage

Éviter les galeries sur la voiture

Gratter le givre sur le pare-brise en hiver

Une conduite automobile responsable

Ne dispersez pas vos détritux par la portière de votre véhicule

Modérer votre vitesse et votre nervosité

espace vivant, pour la sauvegarde de la biodiversité et pour conserver nos liens osmotiques avec la nature.

## La gestion raisonnée de votre jardin

Composter vos déchets verts

Utiliser vos déchets verts comme paillage

## L'éclairage

Veiller à éteindre les lumières inutiles

Préférer les ampoules à basse consommation d'énergie

Opter pour les nouvelles lampes LED pour le logement

Opter pour des lampes de type LED pour les lampes de poche

Éviter les lampes halogènes

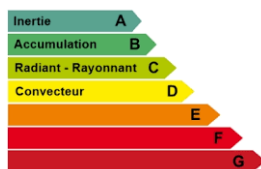
Ne pas abuser pas des abat-jours

Ne pas oublier la lumière naturelle !

Éviter les rideaux trop occultants ou penser à les ouvrir pour laisser rentrer la lumière naturelle :

bonne pour le moral et pour aseptiser une pièce !

Nettoyer vos ampoules



Les appareils électroménagers

Acheter des appareils mentionnant une étiquette européenne de classe énergétique au moins "A"

Éviter tant que possible le sèche-linge

Laver son linge à 30 °C

Éviter le lave-vaisselle

Éteindre les appareils électriques qui restent en veille

Le multimédia et les appareils portatifs ordinateurs

Pour tous les achats de ce type, la démarche est simple et relève du

Réduire sa vitesse

Le départ à froid

Sur les premiers kilomètres après le démarrage de votre voiture, le moteur reste encore "froid". A ce titre, une vitesse trop élevée augmente la consommation de 50 % sur le premier kilomètre et use considérablement le moteur. De plus, cela augmente la quantité de polluants rejetés dans l'atmosphère.

C'est pourquoi, il faut rouler en douceur sur les premiers kilomètres et

Préserver un espace plus sauvage et naturel

Utiliser des insecticides biologiques

Adopter des méthodes de lutte préventive

Supprimer les désherbants chimiques

bon sens. L'achat doit répondre à un vrai besoin et pas seulement à un gain de confort souvent peu significatif.

Éviter les appareils portatifs

Ils ont envahi notre quotidien et remplissent un tas de fonctions futiles : agenda électronique, console de jeux, lecteur multimédia, smartphones..., leurs composants, comme le coltan, entretiennent de l'esclavagisme dans certains pays d'Afrique.

Éviter les appareils qui nécessitent de l'Énergie

Modérer la taille de son écran de télé et d'ordinateur

Éteindre complètement les appareils

Opter pour un fournisseur d'électricité verte

## L'écocitoyen dans ses déplacements et les transports

### Le choix du mode de transport

Préférer les modes de transport alternatifs bicyclette, la marche à pied, etc.

Préférer le train à l'avion

Comparer les émissions de CO<sub>2</sub> suivant le mode de transport

### Acheter et préparer sa voiture

Bien gonfler ses pneus

Entretenir son véhicule

ne pas trop solliciter le moteur (ADEME).

Éviter la climatisation

Couper son moteur à l'arrêt

### L'écocitoyen au jardin :

l'eau,

les mauvaises herbes, le potager...

On n'a pas tous la chance d'avoir un jardin, qui pourtant est trop souvent le seul lien qu'il nous reste avec la nature. Le jardin doit demeurer un désheerber à la main avec une binette, un sarcloir ou une houe, méthode sélective dans les espèces supprimées.

Utiliser de l'eau bouillante (2 litres pour 4 m<sup>2</sup>), par exemple celle de l'eau de cuisson (pâtes, riz, pommes de terre...) qui est aussi efficace qu'un désherbant chimique sans tuer



la vie macro et microscopique qui participe à l'enrichissement et l'entretien de la terre.  
Planter des fleurs qui couvrent les espaces occupés par les adventices..  
Bien choisir ses produits de jardinerie  
Tondre malin et sans nuisances  
Arroser moins et mieux !

Récupérer les eaux pluviales pour arroser  
Accepter et favoriser la biodiversité  
Supprimer les désherbants chimiques  
L'arrosage  
En été, arroser le matin ou dans la soirée

En été, penser à biner la terre avant d'arroser  
Arroser moins et mieux !  
Récupérer les eaux pluviales pour arroser  
Ne pas arroser nécessairement votre pelouse

## **Bulletin d'adhésion a remplir et à retourner, accompagné de votre règlement de votre cotisation par chèque à déposer au siège social de Leforest environnement**

11 Rue Carnot 62790 LEFOREST  
TEL:



### **BULLETIN D'ADHESION - ANNEE 2018**

**NOM :**

**Prénom**

**Téléphone :**

**E-Mail :**

Le .....  
Signature

Association régie par la loi du 1<sup>er</sup> Juillet 1901-Enregistrée sous le numéro.....  
Leforest environnement - SIEGE SOCIAL :11 rue Carnot LEFOREST. Tél : .....