



# 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 humaniste, spéciste, 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 :

Un typhon dévastateur qui touche les Phillipines 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 pour mille =  $1 \text{ mg/kg} = 0,001 \text{ g/kg}$ ) 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, mais rien n'est si sûr...

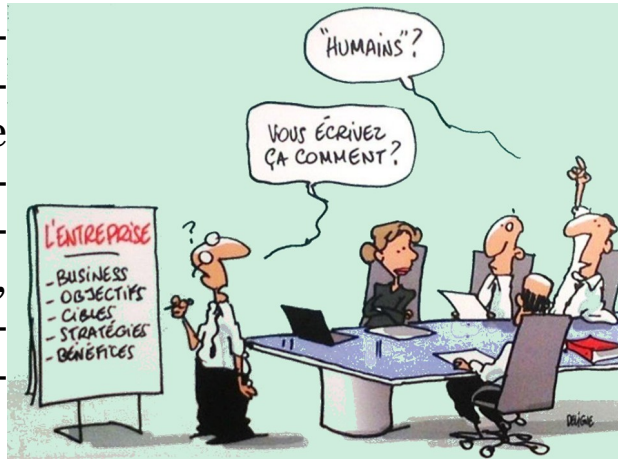
Nous affligeons, insciemment ou sciemment, des dommages à autrui, nous sommes les pires prédateurs de la planète. Aujourd'hui on concède à admettre, et on ne cesse de le répéter que tout cela est dû à la *présence de l'homme sur la Terre...* Durant des temps immémoriaux, légions de directeurs de conscience ont prôné la bonne conduite mais cela n'a pas empêché les prévarications, les forfai-tures, les actes de mauvaises foi ou autres déprédations. Aujourd'hui les mêmes sermonnaires consentent à dire 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 hyper-technicité, 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 essaient 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 détritiques 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

Il pleut ? Profitez-en pour sortir votre voiture du garage, mettre un imperméable et passer un coup d'éponge sur votre voiture. Un bon moyen de faire des économies puisque le lavage de la voiture réclame en moyenne 200 litres d'eau. Attention, ne rajoutez aucun produit chimique ni nettoyant, cela va polluer les eaux pluviales. Si vous souhaitez nettoyer parfaitement votre voiture, il faut vous rendre dans des stations de lavage qui traiteront les eaux usées.

Peut-on récupérer l'eau de pluie pour nos usages domestiques ?

Attention ! En France, il n'est pas permis d'exploiter les eaux pluviales pour nos usages domestiques qui réclament plus de salubrité. En effet, lors de leur passage dans l'atmosphère, du ruissellement sur les toitures, dans le réservoir de stockage puis dans le réseau, les eaux de pluie peuvent se charger en métaux, matières organiques, micro-polluants organiques et en micro-organismes.

L'arrêté ministériel du 21 août 2008 relatif à la récupération des eaux de pluie et à leur usage autorise uniquement l'utilisation de l'eau de pluie à l'extérieur de l'habitation (usages domestiques et arrosage des espaces verts) et à l'intérieur pour l'alimentation des chasses d'eau et le lavage des sols intérieurs. L'utilisation d'eaux de pluie pour le lavage du linge est autorisée à titre expérimental, sous réserve de mise en œuvre de dispositifs de traitement de l'eau adaptés.

- 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

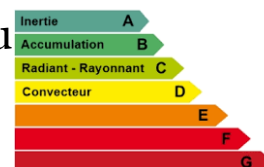
## L'éclairage

- 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 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
- 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
- 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 kilo-



mètre 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 ne pas trop solliciter le moteur (ADEME).

- Éviter la climatisation
- Couper son moteur à l'arrêt

## Écocitoyen : l'alimentation

- Consommer selon ses besoins
- Acheter des produits peu emballés
- Acheter des produits peu transformés
- Acheter à la coupe ou en vrac
- Faire ses courses sans s'encombrer des emballages et en ne prenant que la juste quantité, c'est possible
- Favoriser les circuits de distribution courts
- Acheter des produits locaux
- Acheter au fur et à mesure
- Acheter des produits biologiques
- Acheter des produits de saison
- Éviter de consommer des produits provenant d'espèces menacées et de pêcheries mal gérées
- Ne pas manger trop de viande
- Éviter les fast food
- Préférer le sucre brut bio au sucre raffiné
- Éviter les sodas



## 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 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
  - Préserver un espace plus sauvage et naturel
  - Utiliser des insecticides biologiques
  - Adopter des méthodes de lutte préventive
  - Supprimer les désherbants chimiques
- désherber 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

