

MOINS **C'EST MIEUX.**

**PETIT**  **GUIDE**

**DES**

**BONNES**

**PRATIQUES**

**J'AI**

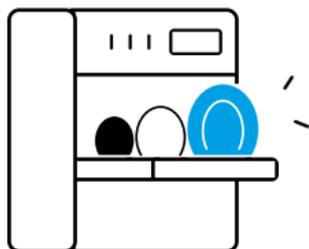
**LE POUVOIR**

*de changer  
les choses*

Pour préserver l'environnement, chaque geste compte. Ce qui est bon pour la planète est bon pour moi. Mobilité, énergie, eau, déchets... voici donc quelques gestes simples à appliquer au quotidien pour réduire son empreinte environnementale, améliorer son confort et faire des économies.

**Alors, on commence quand ?**

**EAU**



# **JE **REMP LIS** BIEN MON LAVE-LINGE OU LAVE-VAISSELLE**

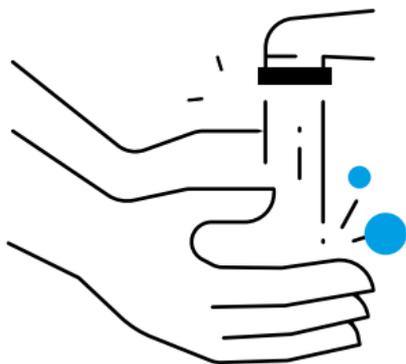
---

En évitant de faire tourner mes appareils inutilement, j'économise **plus de 4 000 litres d'eau par an.**

# JE FIXE UN MOUSSEUR SUR MES MITIGEURS

---

Grâce aux petites bulles d'air qu'il injecte dans l'eau, le mousseur **réduit de 30 % à 50 % la consommation d'eau** sans perdre de confort.





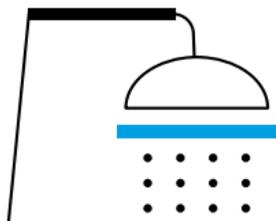
# J'INSTALLE UN RÉCUPÉRATEUR D'EAU DE PLUIE

---

Pour laver ma voiture,  
arroser mes plantes...  
**j'évite de gaspiller**  
**de l'eau potable.**

# Le saviez-vous ?

Nous consommons 143 litres d'eau potable par jour et par personne en moyenne. En Bretagne, 68 % de cette eau est prélevée en surface. La ressource est donc fragile et plus sensible aux éventuelles pollutions ou à l'évaporation.



## JE PRÉFÈRE LA DOUCHE

---

Une douche consomme en moyenne 75 litres d'eau contre 150 litres pour un bain.

C'est **10 000 litres d'eau économisés** chaque année.



# **J'ÉTEINS** LES APPAREILS ÉLECTRIQUES QUE JE N'UTILISE PAS

---

Même en veille, un ordinateur  
consomme de l'électricité :  
**25 % à 40 % de l'électricité utilisée**  
lorsqu'il est en marche.

**ÉNERGIE**

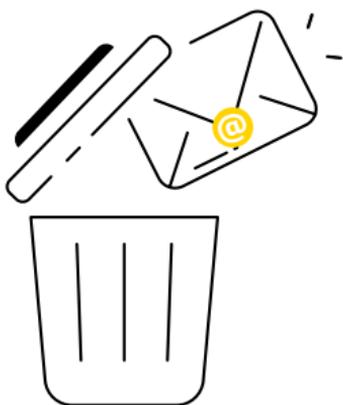
# JE FAIS DU TRI DANS MES MAILS

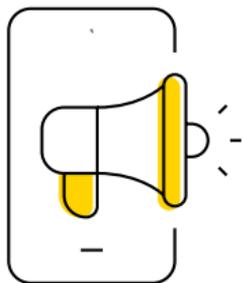
---

1 mail qui pèse 1 Mo  
génère environ **15 g de CO<sub>2</sub>**.

Je me désabonne  
des newsletters pour réduire  
mon empreinte carbone.

**Cleanfox** est un outil simple pour  
se débarrasser des mails inutiles.





# JE TÉLÉCHARGE L'APPLICATION **ECOWATT**

---

Pour connaître en temps réel la **consommation électrique nationale**, être averti en cas de tension du service et ainsi **modérer ma consommation**.

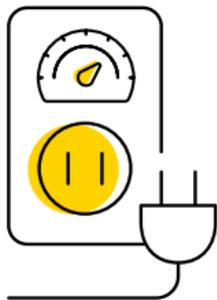
*Le savoir*

La part des énergies renouvelables a progressé de 10 points entre 2005 et 2015, et 20% de l'énergie consommée est issue de ces énergies renouvelables.

# J'INSTALLE UNE PRISE PROGRAMMABLE

---

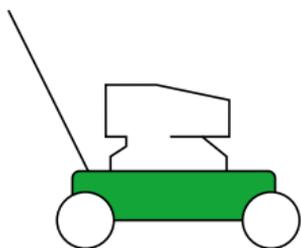
**Je programme mes appareils**  
(lave-vaisselle, sèche-linge...)  
pour qu'ils se déclenchent  
aux heures creuses.



*ez-vous ?*

s dans le mix énergétique français  
2020. Aujourd'hui en France, près de 20 %  
sue des énergies renouvelables.

# DÉCHETS



## JE RÉDUIS MA PRODUCTION DE DÉCHETS VERTS

---

Les déchets verts représentent 55 %  
des apports en déchetterie.  
Pour réduire mes apports, je privilégie  
**une tonte haute** de ma pelouse,  
le mulching et **j'utilise mes résidus  
de tonte en paillage.**

# J'ACHÈTE EN VRAC

---

Les papiers et autres emballages  
représentent en moyenne

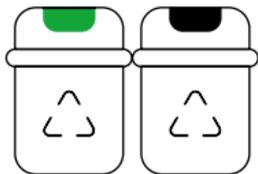
**35 % de mes déchets.**

En achetant des produits en vrac,  
j'évite le suremballage.



*Le savoir*

À partir du 1<sup>er</sup> janvier 2024, tous les  
biodégradables pour les séparer du verre  
et des ordures ménagères. Co  
les solutions s



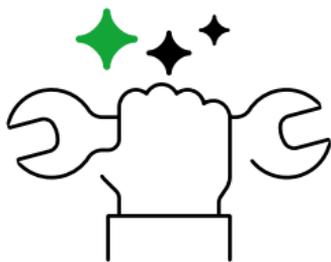
# JE COMPOSTE MES BIODÉCHETS

---

Près de **30% du contenu de mon bac d'ordures ménagères** est constitué de déchets organiques. Pour réduire ce volume, je peux composter ces déchets. Pour acquérir un **bac de compost** à un **tarif préférentiel**, je contacte **le pôle déchets** de la communauté de communes au **02 98 51 54 54**.

*ez-vous ?*

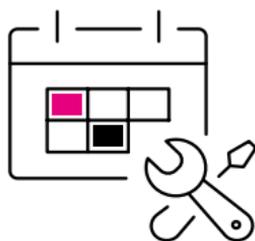
ménages devront trier les déchets verre, des autres déchets recyclables  
mpostage individuel, collectif,  
ont multiples.



# JE RÉPARE OU JE FAIS RÉPARER MES APPAREILS HORS SERVICES

---

**80 % des pannes** du gros électroménager sont réparables à un prix raisonnable.



# J'ENTRETIENS RÉGULIÈREMENT MA VOITURE

---

Pression des pneus, vidange...  
Une voiture bien entretenue  
permet d'économiser  
jusqu'à **25 % de carburant.**

**MOBILITÉ**

# JE FAIS DE L'AUTOPARTAGE

---

En prenant ma voiture 1 jour sur 2 seulement, j'économise près de **2000 € par an** pour un trajet quotidien de 30 km.



*Le saviez-vous ?*

En 2035, la vente de voitures thermiques neuves sera interdite dans l'Union Européenne. Une décision forte qui s'inscrit dans l'objectif neutralité carbone 2050. L'industrie automobile représente actuellement 15 % des émissions de CO<sub>2</sub> de l'UE.



# POUR LES DISTANCES MOYENNES, JE PRENDS **MON VÉLO**

---

À vélo, je ne pollue pas et je suis moins soumis aux polluants qu'en voiture. Pour mes trajets, je profite donc des **80km de pistes et voies cyclables** du territoire.

# J'OPTÉ POUR LA MARCHÉ POUR LES TRAJETS LES PLUS COURTS

---

2 km à pieds, c'est environ  
**30 minutes de marche.**

À pied, je n'émet pas de gaz  
à effet de serre et c'est... gratuit.



# LES PETITS RUISSEAUX FONT LES

*grandes  
rivières*

S'ils sont considérés  
individuellement, chacun  
de ces écogestes a un impact  
relativement faible.

C'est la somme de tous ces  
gestes simples du quotidien qui a  
le pouvoir de changer les choses.

Et de produire un effet positif  
et perceptible sur vos dépenses.

# CE GUIDE EST **ÉCO** **CONÇU**

**Le taux d'encrage est réduit**  
au maximum grâce à l'utilisation  
de **tons directs** et il est **imprimé**  
sur un papier issu  
des **forêts gérées durablement.**

---

Pour aller plus loin,  
retrouvez plus d'informations  
et d'écogestes sur

[www.moinsmieux.bzh](http://www.moinsmieux.bzh)

---