

## Mobiclic 79 - Toutédit

### Des gestes pour sauver la planète

Pouah, toute cette pollution ! Mais, tu n'en as pas marre de tout ça ? Tu sais, en un siècle, il s'est passé plein de choses. Plus de voitures, plus de déplacements, plus de déchets, plus de chauffage, la liste est longue. Toutes ces activités menacent gravement notre planète. Oui, je sais, tu te dis que tu ne peux rien y faire. Pour une part, tu n'as pas tort. Tu ne vas pas jeter aux orties la voiture de tes parents ! Mais en abandonnant tout un tas de mauvaises habitudes, tu peux aussi contribuer à améliorer les choses. C'est pas une blague, un geste, plus un geste, plus un autre, additionnés à ceux de millions d'autres enfants, ça commence à peser dans la balance. Allez, suis-moi, on part chasser les mauvaises habitudes !

### La chambre

Oh, on est bien au chaud dans ta chambre ! Mais il me semble que ton confort n'est pas très écologique... Il y a sept soucis exactement.

#### *Le froid des fenêtres*

Brrr... Bien vu, la fenêtre est bien mieux, réparée. Ton chauffage sera moins gourmand en énergie. Des fenêtres abîmées ou mal isolées peuvent faire perdre 20 % de température à ta chambre. C'est énorme ! Ton radiateur fonctionne à plein régime. Cela signifie qu'il consomme beaucoup d'énergie.

Quelle est la solution ? Il faut surveiller l'état des fenêtres. Si tu sens de l'air froid quand tu passes ta main, c'est que la fenêtre a un problème et qu'il faut la faire réparer. Un conseil : la nuit, ferme les volets et tire les rideaux. C'est 30 % de pertes de chaleur évitées.

#### *Les piles à recycler*

Ah oui, les piles dans la poubelle, ce n'est pas bon pour la nature, c'est même dangereux. Les piles contiennent du mercure. Un métal très dangereux pour la santé et très polluant pour la nature. La pile d'une montre comme celle-ci peut polluer 1 mètre cube de terre et 1 000 litres d'eau durant 50 ans ! C'est pourquoi il faut déposer les piles dans les récipients prévus à cet effet dans les magasins. Elles seront recyclées, c'est-à-dire traitées dans des usines spéciales, pour resservir. Chaque Français jette 13 piles, soit 800 millions, par an. Sur 13 piles, 9 ne sont pas recyclées et polluent donc gravement la nature. Un petit conseil : utilise des piles rechargeables et sans mercure, c'est mentionné sur l'emballage. Ainsi, tu n'auras plus à les jeter.

### *Les appareils en veille*

Bien vu ! Ces petites lumières rouges finissent par consommer beaucoup d'électricité. Les appareils qui restent en veille consomment du courant vingt-quatre heures sur vingt-quatre. Toutes ces lumières consomment autant qu'un Frigidaire. Quel gâchis ! Je te donne une astuce : branche tous les appareils sur une prise multiple munie d'un interrupteur. Comme ça, tu éteins toutes les veilleuses d'un seul coup.

### *La bonne température*

22 °C ! C'est une température trop élevée en plein hiver. Maintenir une telle température, demande beaucoup d'énergie, c'est donc très polluant. 19 °C, c'est suffisant pour vivre confortablement. Si tu as froid, mets plutôt un pull-over. Et la nuit, bien au chaud sous ta couette, tu peux baisser le chauffage à 16 °C, en réglant le thermostat de ton radiateur. En France, si chacun de nous baissait la température de seulement 1 °C, on économiserait l'équivalent de la consommation électrique d'une ville comme Marseille !

### *Attention aux ampoules gloutonnes*

Les ampoules à incandescence classique consomment 5 fois plus d'électricité, et durent 10 fois moins longtemps que les ampoules LBC. Quant aux lampes halogène, ce sont des voraces. Elles consomment autant que 20 ampoules LBC... Bien ! C'est pas que pour la propreté, c'est pour ta santé aussi.

### *La qualité de l'air*

La poussière n'est pas bonne. Elle pollue l'air de ta chambre. Idéalement, il faut passer le chiffon tous les deux jours et changer les draps tous les 15 jours. Et n'oublie pas les ampoules ! Lorsqu'elles sont poussiéreuses, elles diffusent 40 % de lumière en moins. Pour améliorer la qualité de l'air, ouvre la fenêtre tous les jours, pas plus de 10 minutes en hiver. Cela permet d'éliminer l'humidité et les mauvaises émanations dont raffolent les acariens...

### *Les ondes nocives du téléphone portable*

Oui ! Ne laisse jamais ton téléphone portable allumé près de toi quand tu dors. Il ne faut pas dormir à côté d'un téléphone portable allumé. Ce dernier capte en permanence des ondes invisibles qui, à la longue, sont nocives pour ta santé.

Dans la journée, quand tu téléphones, porte une oreillette. Si tu colles le téléphone portable à ton oreille, les ondes risquent d'abîmer ton cerveau. Les scientifiques déconseillent aussi de garder allumé, près de son corps, un téléphone portable. Il est préférable de le laisser dans un sac.

### **La salle de bain**

Oups ! mais que vois-je ? Il y a des trucs qui m'agacent dans cette salle de bains ! Je peux même te dire combien : sept exactement.

#### *Une chasse d'eau économique*

Ben oui, cette chasse d'eau moderne est moins gourmande en eau. Une chasse d'eau classique consomme environ 9 litres d'eau à chaque fois qu'elle est utilisée.

Les chasses d'eau à deux positions sont moins gourmandes, car il y a un bouton réservé pour quand on fait pipi, ce qui est plus fréquent. Grâce à cette fonction, on n'utilise que 3 litres. 45 litres d'eau par jour ! Qui dit mieux ?

Une petite astuce : si tu as une vieille chasse d'eau, place une bouteille pleine de sable dans le réservoir, tu gaspilleras moins d'eau.

#### *Ne rien jeter dans les poubelles*

Ben oui, les toilettes ne sont pas une poubelle ! Bien sûr ! Il ne faut rien jeter dans les toilettes. Coton, piles ou médicaments, la cuvette des W.-C. n'est pas une poubelle ! Eh oui ! L'eau qui disparaît au fond de ta cuvette file dans les égouts vers une usine, appelée station d'épuration. Sa mission est de nettoyer toutes les eaux usées. Si tu jettes des déchets, tu perturbes son fonctionnement. Un conseil : évite de laver tes W.-C. avec des produits antibactériens. Ils gênent les stations d'épuration qui se servent des bactéries pour laver les eaux usées. C'est pas une blague ! En revanche, pense à utiliser du papier toilette recyclé, c'est-à-dire fabriqué avec de vieux papiers. C'est plus malin.

#### *Bien fermer les robinets*

Parfait ! Ce filet d'eau n'a pas échappé à ton regard. Un robinet qui fuit, c'est 300 litres d'eau gaspillés par jour, soit une baignoire et demie. C'est pourquoi il faut bien fermer les robinets et les faire réparer quand ils fuient. Mais j'ai plein d'autres conseils malins à te donner sur l'eau. Pense à laisser le robinet mitigeur sur la position « froid » quand tu le fermes. Pourquoi ? Parce que si tu le fermes sur la position « chaud », tu le rouvriras sur cette position et feras fonctionner la chaudière pour rien, la plupart du temps. Mine de rien, ça arrive plusieurs fois par jour à des milliers de chaudières. Enfin, il vaut mieux se rincer les dents à l'aide d'un

verre à dents plutôt que de laisser couler l'eau du robinet. Grâce au verre à dents, tu économises 12 litres d'eau par minute. Idem pour le rasage de papa ! Remplir le lavabo d'eau évite d'utiliser 18 litres d'eau par minute.

### *Préférer le fil à linge au sèche linge*

Bien vu ! Pitié, pas de sèche-linge ! Sais-tu combien un sèche-linge électrique dépense d'énergie par an ? 250 kW. Pour te donner une idée, il représente 11 % de la consommation annuelle en électricité d'une maison. C'est beaucoup, parce que dans une maison, il n'y a pas que le sèche-linge. La plupart des appareils sont électriques, comme la chaudière, les radiateurs, les lampes, le lave-linge, le four, etc. Un conseil : mieux vaut utiliser un fil à linge pour faire sécher ses affaires.

### *Bien utiliser le lave-linge*

Un programme à 40 °C est moins gourmand que les autres, il consomme trois fois moins qu'un programme à 90 °C. Et, avec les lessives modernes, ça lave très bien. De même, il faut éviter les programmes avec pré-lavage, qui sont trop gourmands en énergie.

### *Préférer la douche au bain*

Bon, que ça ne t'empêche pas de prendre un bain de temps en temps, mais, au quotidien, il vaut mieux prendre une douche. Coucou, je suis là, dans la douche ! Eh oui, prendre une douche plutôt qu'un bain, c'est diviser par 3 sa consommation d'eau. Une douche de 4 à 5 minutes, c'est 30 à 80 litres d'eau. Un bain, c'est au minimum 150 litres. Bien entendu, ce calcul n'est valable que si tu fermes le robinet d'eau lorsque tu te savonnes !

### *Recycler les médicaments*

Bien vu ! On ne jette pas les médicaments à la poubelle. Pourquoi jeter à la poubelle des médicaments qui pourraient servir à d'autres personnes ? Mieux vaut les rapporter à son pharmacien, qui se chargera de les redistribuer aux plus démunis, en France et dans le monde.

### **La cuisine**

Bon, avant de partir à l'école, trouve tout ce qui cloche dans ta cuisine. Les anomalies sont au nombre de six.

### *L'eau du robinet est bonne*

Ben oui, l'eau du robinet est très bonne. En France, l'eau du robinet est très bonne. Pourtant, chaque Français consomme 140 litres d'eau en bouteille par an ! La livraison de cette eau représente des milliers de kilomètres parcourus et des tonnes de carburant, qui polluent l'atmosphère. Des milliards de bouteilles partent dans nos poubelles. Seules 4 sur 10 sont jetées dans une poubelle spéciale pour être recyclées..

### *Évite le « jetable »*

Une bonne éponge et de l'eau savonneuse, et tu obtiendras le même résultat. Les lingettes ou les papiers essuie-tout sont très pratiques, mais ne servent qu'une fois avant de finir à la poubelle. En revanche, les serpillières et les éponges servent plusieurs fois et sont par conséquent moins polluantes. Retiens ceci : préfère le « réutilisable » au « jetable ».

### *Dégivre le réfrigérateur*

Un réfrigérateur doit être dégivré tous les six mois. Quand trop de glace se forme dans les bacs, il consomme jusqu'à 30 % d'électricité en plus. Le réfrigérateur est un appareil assez gourmand. Voici quelques conseils pour réduire sa consommation d'électricité... Il n'aime pas la chaleur, ni de l'extérieur ni de l'intérieur. Il faut en contrôler la température. Pour cela, place un thermomètre dans le bac à légumes. La température doit être de 5 °C environ. En dessous de cette valeur, le réfrigérateur est en surrégime. Il faut donc baisser le thermostat.

### *Optimise le lave-vaisselle*

Un lave-vaisselle gâche moins d'eau et d'électricité s'il est bien rempli et si tu utilises le programme « ÉCO ». Ça lave très bien tout de même. Sais-tu que les ampoules électriques et les appareils électroménagers sont notés de « classe A », pour économe, à « classe E », pour gaspilleur. Ceci est mentionné sur les étiquettes à la vente. Dis à tes parents de choisir des appareils de « classe A » comme notre lave-vaisselle.

### *Tri tes déchets*

Tu n'es pas obligé d'avoir de superbes poubelles pour trier tes déchets. Des bacs ou des seaux, que tu peux étiqueter, feront l'affaire. Ensuite, tu n'as plus qu'à mettre tous tes déchets triés dans les conteneurs les plus proches de chez toi. De là, ils seront acheminés vers les usines de recyclage. Voilà, un bon geste ! Le recyclage

est indispensable, mais ce n'est pas la seule solution. Malgré le recyclage, nous jetons de plus en plus de déchets : 1 kg par jour et par habitant. C'est énorme ! Ainsi, chaque adulte et chaque enfant produit en moyenne 365 kg de déchets par an. C'est 12 fois ton poids ou le mien ! Et ce chiffre augmente chaque année. La solution est de jeter moins. Comment ? Rendez-vous au supermarché ! Je te donnerai quelques conseils dans le choix de tes courses

## **L'école**

Voici l'école. Ici aussi, tu peux chasser le gaspillage et la pollution. À toi de trouver les six problèmes dans cette scène.

### *Le prix du ramassage des déchets*

Bravo ! Quand tu ramasses les détritrus, tu réduis la pollution, et tu fais faire des économies à ta ville. Une ville moyenne, comme Aix-en-Provence où vivent 130 000 personnes, dépense plus de 800 000 € par an pour ramasser tous les détritrus que les gens jettent dans la rue et les jardins. Ça ne te dit rien ! C'est le prix de 10 000 vélos, par exemple. Eh oui, ça fait cher. Que chacun y pense avant de jeter n'importe quoi

### *Les transports en ville*

Sais-tu que la majorité des écoles se trouvent à moins d'un quart d'heure à pied du domicile ? Pourtant, beaucoup de parents utilisent encore leur voiture pour conduire les enfants à l'école. D'après des mesures scientifiques, un bus pollue 10 à 20 fois moins qu'une voiture par voyageur transporté. Pour info : selon des calculs, dans une rue de 3,5 mètres de large, un tramway ferait passer 22 000 personnes par heure. Si on opte pour la marche, c'est 19 000 personnes. À vélo, 14 000. En bus, 9 000. Et en voiture, seulement 2 000... Niveau efficacité, la voiture arrive bonne dernière !

### *Le bon cartable*

À ton avis, quels stylos faut-il utiliser ? Non ! Même s'ils sont sympas, ces stylos ne servent qu'une fois. Ensuite, ils vont directement à la poubelle. Concernant ton matériel scolaire, tu peux faire des choix pour l'environnement. *Voix enfant - Agathe*

Bon choix ! Il vaut mieux utiliser les stylos rechargeables. Ils servent plus longtemps contrairement aux stylos à bille et aux feutres qu'il faut jeter quand ils n'ont plus d'encre. Concernant, ton matériel scolaire, tu peux faire des choix pour l'environnement. Ton cartable contient du matériel qui, une fois à la poubelle, pollue la planète. Pense que vous êtes des millions d'écoliers sur terre. Alors, je te donne quelques pistes...

Utilise des crayons et des règles en bois naturel. C'est facile, on les reconnaît à leur label « FSC » ou « PFEC ». C'est écrit dessus. Préfère les stylos à plume et les porte-mine, car ils sont rechargeables. Côté cahiers et classeurs, tu peux choisir ceux qui ont été recyclés, c'est-à-dire fabriqués avec du vieux papier. Ils sont signalés par le label « NF Environnement ». Sais-tu que la fabrication du papier recyclé consomme six fois moins d'eau

et quatre fois moins d'énergie que la fabrication du papier neuf ? Autre astuce : la calculatrice qui fonctionne à l'énergie solaire. Plus de piles à jeter, car elle fonctionne avec les rayons du soleil, qui sont inépuisables et ne polluent pas.. Enfin, n'achète pas du matériel fabriqué à l'autre bout de la planète, car pour le transporter, il faut beaucoup d'énergie.

### *Recycler le papier*

Oui, les feuilles de papier ont deux faces, elles peuvent donc resservir avant d'être jetées. Mine de rien, ça en fait du papier à réutiliser. Une fois qu'il a été utilisé à 100 %, le papier peut être recyclé. Pour cela, il faut mettre une poubelle réservée au papier dans ton école. Autre réflexe : pour économiser le papier, utilise au maximum l'ordinateur pour la correspondance, à l'école comme à la maison. L'e-mail : c'est zéro papier, zéro timbre et zéro transport.

### *Renouveler l'air de ta classe*

Ah merci ! Un peu d'air frais ne fait pas de mal. 25 à 30 élèves dans une classe durant plusieurs heures, et l'air devient irrespirable, car nous rejetons tous du gaz carbonique. Il est important d'ouvrir régulièrement la fenêtre pour renouveler l'air. En hiver, pas plus de 10 minutes pour ne pas perdre la chaleur du chauffage.

### *Le goûter qu'il faut*

Ben oui, pour ton goûter, évite les produits jetables et les portions individuelles. Une boîte réutilisable pour les gâteaux et une gourde pour ton jus de fruits, c'est autant de papier plastique et de carton en moins qui seront jetés à la poubelle.

### **Le supermarché**

C'est le moment de faire tes courses. Ici aussi, il faut faire les bons gestes et les bons choix. Il y a six détails à trouver.

### *Fini les sacs plastiques*

Stop aux sacs en plastique ! Il vaut mieux prendre un panier ou un cabas. 18 milliards de sacs en plastique sont distribués par an. Cela fait 570 sacs distribués chaque seconde ! Ils sont utilisés 20 minutes avant d'être jetés. Par exemple, 120 millions de ces sacs polluent les bords de mer. Sais-tu que les tortues de mer meurent étouffées en les avalant. Alors, pense à prendre un cabas, un panier ou des sacs réutilisables. Refuse les sacs en plastique !

### *Un peu moins d'achat*

Oui, ce chariot est trop rempli. Souvent, on achète trop et on jette beaucoup !

On estime qu'un quart de la nourriture achetée finit à la poubelle. En plus, les produits frais perdent leurs vitamines lorsqu'on les conserve trop longtemps au réfrigérateur. Si c'est possible, il vaut mieux faire ses courses chaque semaine. Souvent, on aime acheter des gadgets inutiles. Un stylo quatre couleurs, peut paraître pratique, pourtant tu le jettes dès qu'une couleur est vide.

### *Lire les étiquettes*

Quand tu achètes un aliment, regarde jusqu'à quand il peut être consommé. Il vaut mieux prendre la date la plus éloignée possible. On jette trop de nourriture périmée. Il faut aussi faire attention à la provenance du produit. Un produit fabriqué très loin nécessite plus d'énergie pour t'être acheminé, donc occasionne plus de pollution. Il est essentiel de lire la composition d'un aliment pour que tu saches ce que tu manges. Plus les ingrédients sont d'origine naturelle, mieux c'est. Ceci est un label. Il garantit la provenance ou la qualité du produit, car des spécialistes l'ont contrôlé. Tiens, clique sur ce label, tu verras apparaître un récapitulatif de ceux qui sont le plus utilisés, ainsi que leurs significations.

### *Les espèces menacés*

Ces poissons ne sont pas menacés de disparition. Le requin, oui. Beaucoup d'animaux sont victimes de leur succès dans les assiettes, notamment les poissons. La morue, la sole et le merlu ont vu leur population chuter de 90 %. Les océans se dépeuplent. Il ne reste plus que 10 % des populations de grands poissons. Les requins, par exemple, ont subi d'énormes pertes. Pour combattre ce phénomène, varie ton alimentation et évite de manger des espèces dont la population est durement touchée.

### *Choisir le bon emballage*

Quel jus de fruits choisir ? Oui, ces briquettes sont sympas, mais t'as vu l'emballage que ça représente pour si peu de jus ! Une petite bouteille en plastique, c'est beaucoup de déchets pour à peine un litre. De plus, le plastique est difficile à recycler. Bien ! Ces grandes briques sont facilement recyclables et demandent peu de matières premières. C'est un bon choix, car le verre est recyclable à l'infini, mais c'est un matériau lourd qui demande beaucoup d'énergie pour son transport. Tu aurais dû choisir la grande brique en carton. À la maison, la moitié du volume de nos déchets provient des emballages. Et les emballages résistent au temps. Cette barquette en polystyrène mettra 1 000 ans à se décomposer dans la nature !

### *Fruits et légumes de saison*

Voilà, c'est corrigé. En hiver, il vaut mieux consommer des avocats, des mandarines, des endives ou des pommes, plutôt que des fruits et des légumes d'été. Consommer des tomates en hiver n'est pas naturel. Il faut beaucoup d'énergie pour les faire pousser sous une serre ou pour les faire venir des pays chauds. Par exemple, le transport d'1 kg de fraises d'outre-mer en plein hiver nécessite 5 litres de pétrole. Pour 1 kg de fraises de saison et du pays, la consommation d'énergie descend à 0,2

litre de pétrole. Pour faire les courses en fonction des saisons, tu peux t'aider de notre tableau pense-bête.