

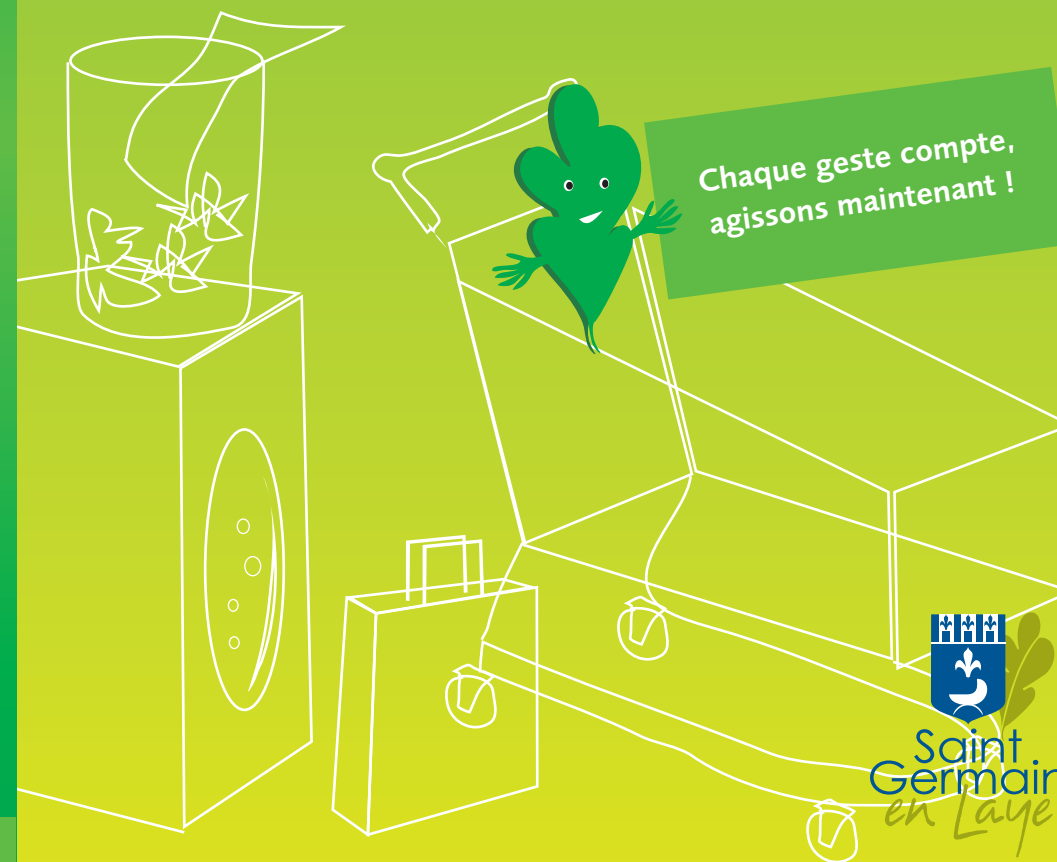
- Une cigarette sans filtre : **3 mois**
- Un mouchoir en papier : **3 mois**
- Un ticket de bus : **de 3 à 4 mois**
- Un paquet de cigarettes : **4 mois**
- Une pelure de fruit : **de 3 à 6 mois**
- Une allumette : **6 mois**
- Un journal : **de 3 à 12 mois**
- Un filtre de cigarette : **de 1 à 2 ans**
- Un chewing-gum : **5 ans**
- Une planche en bois : **de 13 à 15 ans**
- Une boîte aluminium : **de 10 à 100 ans**
- Un briquet en plastique : **100 ans**
- Une canette : **de 200 à 500 ans**
- Une bombe aérosol : **500 ans**
- Une bouteille en plastique : **de 100 à 1000 ans**
- Un gobelet en plastique : **de 100 à 1000 ans**
- Un sac plastique : **de 100 à 1000 ans**
- Le polystyrène : **1000 ans**
- Une carte téléphonique : **1000 ans**
- Une bouteille de verre : **4000 ans**
- Une pile : **ne se dégrade jamais !**

[www.saintgermainenlaye.fr](http://www.saintgermainenlaye.fr)

Agir aujourd'hui pour demain

Ne pas jeter sur la voie publique

# Les gestes éco-citoyens



La prise en compte de l'environnement est, à Saint-germain-en-Laye, une priorité absolue. L'objectif étant de préserver et d'améliorer notre qualité de vie ainsi que d'assurer la transmission d'un environnement sain aux générations futures. C'est ainsi que la municipalité engage notre ville dans le développement durable.

Pour relever le défi, il nous faut construire ensemble une société responsable, respectueuse et solidaire. une société qui réponde aux besoins du présent sans compromettre la capacité des générations futures à répondre à leurs attentes.

La municipalité que je conduis est déterminée à agir en ce sens.

Cette mission, nous voulons l'entreprendre avec vous.

Il est urgent d'agir individuellement et collectivement, notre avenir est entre nos mains. Ce développement durable implique un changement de comportement qui réduira notre impact écologique.

*Chaque geste compte,  
agissons maintenant !*

Emmanuel LAMY  
Maire de Saint-Germain-en-Laye

## Maîtrisons l'énergie

4 Notre consommation d'énergie participe au changement climatique. La combustion des énergies fossiles génère trop de gaz à effet de serre. Ces derniers ont augmenté de 50% en 100 ans.

4 Directement liées à notre consommation d'énergie, les émissions de gaz carbonique (CO2) sont les principales responsables de l'accroissement de l'effet de serre.

Près de la moitié de ces émissions résulte des gestes et pratiques de la vie quotidienne des ménages, de la maison au bureau, en passant par les transports.

## Gestes éco-malins

4 Ayez le réflexe d'éteindre les lumières à la pause de midi et le soir en quittant une pièce.

4 Préférez les lampes basse consommation aux ampoules classiques, elles consomment quatre à cinq fois moins d'énergie et durent 8 à 10 fois plus longtemps (une ampoule classique de 100 W ne restitue que 7 W, le reste se perd en chaleur). Un halogène de 500 W qui fonctionne 4h par jour représente 79 € par an. Sachez adapter la puissance de vos lampes à vos besoins.

4 Evitez de laisser les appareils en veille car ils consomment 24h/24 et 7 jours sur 7. Pour cela, rassemblez tous les branchements audiovisuels sur des multiprises dotées d'interrupteurs.

4 Attention au chauffage, au-delà de 19°C, chaque degré supplémentaire augmente de 7% la facture.

4 Réfléchissez à une installation de panneaux solaires sur votre toit.

4 Programmer son chauffage à l'aide d'un thermostat, c'est réduire sa facture énergétique

jusqu'à 20%. Depuis janvier 2005, un crédit d'impôt de 25 % est alloué aux personnes faisant l'acquisition d'un appareil visant à réguler le chauffage.

4 J'installe un chauffe-eau solaire plus performant et plus économique. A savoir : donne accès à un crédit d'impôt.

4 A la maison, faites régler la température de votre chauffe-eau à 60° ou 65°C, une température plus élevée entraîne une consommation d'énergie inutile et favorise l'entartrage.

4 Un bain = 5 douches.  
- Une douche de 4 minutes = 30 à 80 litres d'eau.  
- Un bain = 150 à 200 litres d'eau.

4 Evitez de laisser couler l'eau lorsque vous vous brossez les dents ou lorsque vous vous rasez.  
- Brossage de dent = 12 litres d'eau par minute.  
- Rasage = 18 litres d'eau/min

4 Vous pouvez choisir de refuser les publicités postales : En France c'est 40kg de papier par an et par habitant.

4 Pour un air pur, aérez chaque jour 10mn et adoptez des plantes vertes qui inactivent les toxiques de l'atmosphère.



## L'éco-conduite

4 Réduisez votre vitesse de 130 à 120 km/h cela vous permettra une économie de plus d'un litre au cent soit 175 € par an environ.

4 En voiture, sur un même parcours la consommation peut varier de 40% selon le conducteur.

4 Les petits trajets, en particulier en ville, sont particulièrement dépensiers en énergie car un moteur froid consomme plus n'ayant pas le temps de chauffer sur de trop petites distances.

4 Pensez à couper votre moteur lors des arrêts prolongés.

4 La climatisation est à utiliser avec modération car elle augmente la consommation d'énergie du véhicule et la pollution de l'air.

4 Utilisez les transports en commun qui émettent 3 fois moins de CO2 qu'une voiture par voyageur transporté (un usager des transports en commun consomme 5 fois moins d'énergie que dans une voiture particulière).

4 Mettez-vous à la marche à pied, au vélo et au roller, ça ne coûte rien, ça ne pollue pas, et c'est bon pour la santé.

4 L'achat d'un véhicule à carburant "vert" donne droit à un crédit d'impôt.

4 Je coupe le contact en cas d'arrêt prolongé. Au delà de 30 secondes au ralenti, le moteur d'un véhicule aura consommé plus d'énergie que s'il est arrêté puis redémarré.



**Savez-vous**  
qu'un tiers des déchets  
qui finissent dans  
la poubelle d'un Français  
peut être composté.

## L'éco-jardin

4 Je fais mon compost :

- Le compost est un mélange fermenté de résidus organiques et minéraux pour fertiliser la terre du jardin, du potager ou des plantes en pot.

4 Les déchets qui font mon compost :

- Les déchets de la maison en général :  
Mouchoirs en papier, essuie-tout, cendres de bois, sciure, copeaux, papier journal, plantes d'intérieur.

4 Les déchets de jardin :

Tonte de gazon, feuilles, fleurs fanées, mauvaises herbes.

4 Les déchets de cuisine :

- Epluchures hors agrumes, coquilles d'œuf, marc de café, filtres en papier, pain, laitages, fanes de légumes, fruits et légumes abîmés...

4 Je préserve l'eau :

- Pour arroser un jardin, la tombée du jour est le moment idéal pour limiter l'évaporation.  
- Sous la chaleur du soleil, 60% de l'eau s'évaporent avant même d'avoir été absorbés par les plantes.

4 Je favorise la biodiversité :

Les végétaux, en période de croissance, absorbent du CO2 et participent ainsi à la lutte contre l'effet de serre.

4 Je refuse les traitements chimiques :

Savez-vous qu'un Français absorbe chaque année en moyenne 1,5kg de pesticides dans son alimentation.

Je favorise les engrais naturels qui enrichissent la terre, nourrissent les plantes sans empoisonner les sols, les insectes et les oiseaux. Ces engrais sont : le fumier, les cendres de bois, le guano...

Pour vos courses,  
préférez le cabas ou le panier  
au sac plastique,  
ils sont réutilisables et plus solides !



## L'éco-nettoyage

4 Laver à 30° ou 40°C grâce aux nouvelles lessives est tout aussi efficace que laver à 60°C et cela coûte 2 fois moins cher.

4 Pour les appareils électroménagers, achetez ceux de catégorie A qui consomment moins d'énergie.

4 Pour le lave-vaisselle et le lave-linge, perdez l'habitude de mettre trop de produit, utilisez des produits écolabellisés et des lessives sans phosphates.

4 Un lave-vaisselle consomme moins d'eau qu'une vaisselle quotidienne à la main.

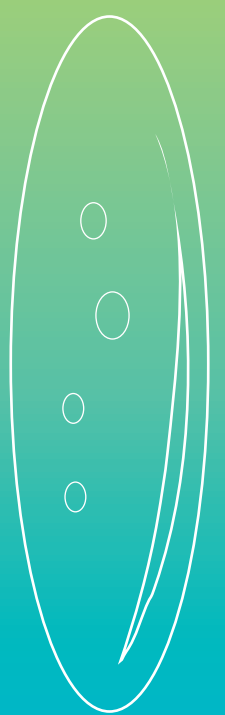
4 Préférez le séchage à l'air libre pour votre linge. Sur un an, un sèche-linge consomme 2 fois plus d'énergie qu'un lave-linge utilisé à 60°C.

4 Ne mettez pas de plat chaud dans votre frigo car cela augmente l'utilisation d'énergie nécessaire au maintien du froid.

4 Mettez un couvercle sur votre casserole lorsque vous faite chauffer un plat, cela augmente la rapidité de cuisson et économise ainsi de l'énergie.

4 Une fuite d'eau peut atteindre 35 000 litres d'eau gaspillée par an (robinet jusqu'à 120 litres par jour et chasse d'eau jusqu'à 600 litres).

4 En France, une personne utilise en moyenne 30 litres d'eau pour ses WC par jour, soit 20 % de sa consommation quotidienne. Adoptez le double débit avec les chasses d'eau économiques 3 ou 6 litres.



Les gestes solidaires à adopter au quotidien, respectueux de l'environnement et économiquement efficaces.

## L'éco-bureau

4 Eteignez votre ordinateur en cas d'absence prolongée. Même chose pour les scanners, photocopieurs et autres imprimantes.

4 Utilisez des cahiers ou des blocs-notes en papier recyclé.

4 Pratiquez les photocopies recto-verso.

4 Faites le tri des déchets : une poubelle pour le papier et une deuxième pour le reste (gobelets, canettes, papiers gras,...).

4 Au bureau, sachez qu'un écran plat consomme environ 4 fois moins qu'un écran classique.

4 Une heure d'éclairage en moins par an au bureau, c'est 50 à 100 kW d'économisés.

4 Une tonne de papier neuf nécessite entre 20 000 et 40 000 litres d'eau alors que le papier recyclé n'en consomme que 8 000 litres.

La quantité de papier consommé par un Français en une année nécessite 5 arbres adultes.

4 Installation de robinet de type presto (poussoir) dans les sanitaires.

4 Déclenchement automatique de l'éclairage en fonction de la luminosité extérieure.

4 Instaurez le tri sélectif pour les cartouches d'encre, les piles et les tuners.

