

Je choisis
puis j'affiche mes
engagements



Et l'énergie grise, qu'est-ce que c'est?

C'est l'énergie et les ressources nécessaires pour tout le cycle de vie d'un matériau ou d'un produit : l'extraction, la transformation, la fabrication, le transport, l'utilisation, l'entretien et enfin le recyclage.

L'énergie grise, quelques ordres de grandeur ...

Textiles

La production d'1 kilo de coton (de quoi produire un pantalon en jean et un tee-shirt) nécessite 7'000 litres d'eau, 75 grammes de pesticides et 2 kilos d'engrais chimiques.

Internet

La consommation mondiale d'énergie pour l'utilisation d'Internet est équivalente à la production de 40 centrales nucléaires par an.

Alimentation

La production industrielle de bœuf utilise 15'000 litres d'eau et 20 kilos de céréales pour 1 kilo de viande consommée.



Tout ce qui n'est pas acheté n'est pas à produire, à transporter ou à éliminer. Que faire? Je mets en pratique les 5 R :

1. **Réduire**, acheter moins et sans emballage,
2. **Réutiliser et échanger** ce qui peut l'être,
3. **Remplacer** une pièce cassée,
4. **Réparer** quand c'est possible,
5. **Recycler** en dernier recours.

**J' ME BOUGE
POUR L'ÉNERGIE!**

**Trois clés
pour agir**

- 1) **J'utilise moins d'énergie**
Je limite mes besoins
- 2) **Je choisis mes appareils**
J'améliore l'efficacité
- 3) **Je réfléchis d'où vient l'énergie**
J'adapte la ressource



L'énergie se mesure ... Que représente 1 kilowattheure (kWh) ?

À produire,
1 kWh =

1 m³ d'eau sur
400 m de chute

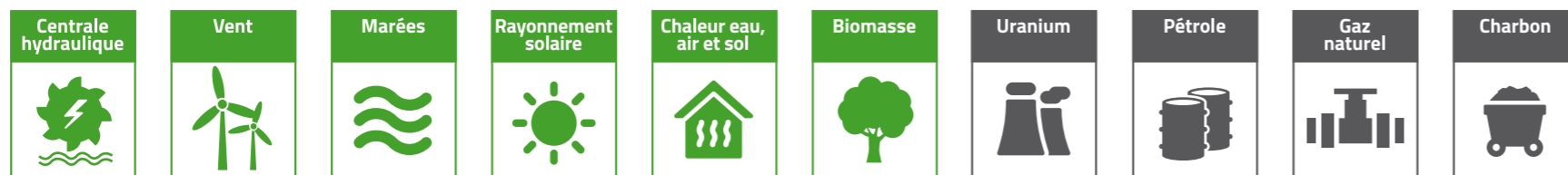
1 dl de
pétrole

1 m² de panneaux
au soleil pendant 10 h

200 gr
de pellets

10 km en
courant

Sources
d'énergie

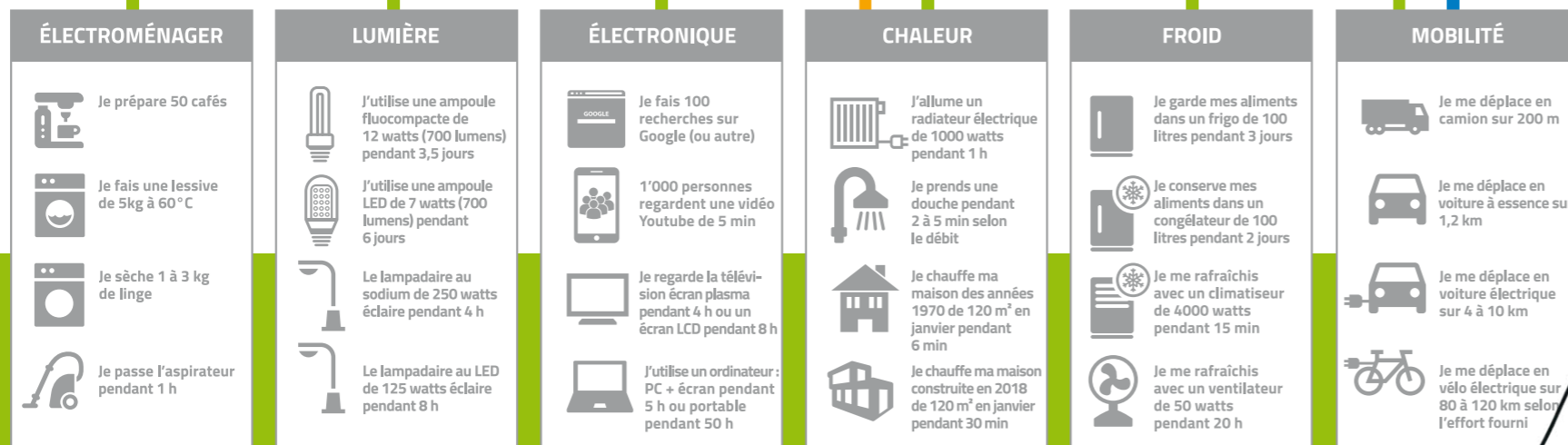


ÉLECTRICITÉ

PRODUCTION DE CHALEUR

CARBURANTS

Avec 1 kWh ...



Les appareils choisis sont de catégorie optimale

Pour en savoir plus :
www.energie-environnement.ch



Ce que je peux faire! Personnellement je m'engage à ...

- Eteindre les lumières** en sortant de la pièce, et **les écrans** en coupant les veilles.
- Optimiser mon utilisation d'internet**, par exemple en vidant ma boîte emails ou en limitant le poids des images et films que je partage et que je stocke.
- Aérer les pièces quelques minutes seulement** en hiver, et en été, aérer la nuit. La température idéale en hiver est de 20 °C dans les pièces de séjour et en classe.
- Moins chauffer ma chambre** à coucher, je dors mieux à 17 °C.
- Prendre **une douche** plutôt qu'un bain et me laver les mains à l'eau froide.
- Ne pas laisser **la porte du frigo** ouverte. 5 °C à 6 °C suffisent à conserver les aliments.
- Faire ma lessive à 30 °C ou 40 °C** (ça consomme 40% de moins qu'à 60 °C) et sécher mon linge à l'air libre.
- Me déplacer **à pied, à vélo, en trottinette ou skateboard, en transports en commun** (bus, train) ou en co-voiturage.
- Limiter mes achats** à ce dont j'ai besoin. Je privilégie la réparation, l'échange, le prêt et le partage.
- Amener mon sac** lorsque je fais des achats.
- Boire **l'eau du robinet**, c'est 1'000 fois plus écologique que l'eau en bouteille.

.....

.....

.....

.....

Je choisis mes engagements et j'en parle autour de moi !

