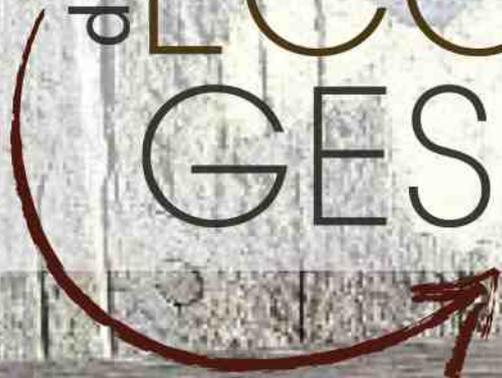


LE  
GUIDE



des  
ECO  
GESTES



L'ECOTOURISME  
VALEUR ESSENTIELLE  
DU SEIGNANX



# ECO

# tourisme

Le développement durable est inéluctable parce que la planète l'exige, les clients l'exigent, les employés l'exigent et que, de plus en plus, les bailleurs de fonds et les entreprises elles-mêmes l'exigeront de leurs partenaires. Le développement durable n'est pas une mode, il se présente comme un impératif pour l'ensemble des secteurs du tourisme.

La spécificité du Seignanx tient à son patrimoine naturel particulièrement riche et diversifié. Outre les espaces que nous connaissons tous (forêt, dune, marais, barthes...), cette valeur est reconnue à différents niveaux (inventaires, protections nationales et européennes) : Sites Natura 2000, Zones de protection spéciale, Réserve naturelle, Arrêté de biotope, sites classés et inscrits, ZNIEFF, ZICO, acquisition du Conservatoire du littoral.

En 2008, l'idée de développer un tourisme durable s'est imposée à la Communauté de communes du Seignanx. Cette mission a été confiée aux structures du territoire associées que sont le CPIE Seignanx-Adour, le Comité du bassin de l'emploi et l'Office de tourisme. Grâce au concours de partenaires publics (Europe, Conseil régional et Conseil général) et privés (EDF), plusieurs actions ont été engagées comme l'édition de ce guide, diffusé gratuitement à l'ensemble des hébergeurs touristiques du Seignanx.

Jérôme Lay, directeur de l'Office de tourisme du Seignanx

# GUIDE

BIO  
DIVER  
SITE

ACHATS

EAU

ENERGIE

DECHETS

Ce guide s'adresse aux professionnels du tourisme du Seignanx. Son objectif est de proposer des outils pour faciliter et développer la mise en œuvre d'une démarche environnementale au sein des différents hébergements : campings, résidences de tourisme, chambres d'hôtes, gîtes...

Il présente plusieurs parties autour des cinq grandes thématiques environnementales : la biodiversité, les achats écoresponsables, l'eau, l'énergie et les déchets.

- La rubrique « Zoom sur... » propose l'approfondissement d'un thème.
- Le tableau des écogestes classe les gestes par type :
  - Basique : facile à mettre en œuvre.
  - Abordable : écogeste un peu plus élaboré, mais ne demandant pas un gros investissement.
  - Le plus écolo : pour ceux qui veulent aller plus loin dans la démarche.
  - Bonnes idées : quelques écogestes inventifs glanés dans les hébergements.
- La rubrique « Le plus écolo... » revient sur un écogeste en le détaillant.
- La rubrique « Ça va mieux en le disant! » présente des données chiffrées.

*Développer une démarche environnementale requiert de la méthode. Ce guide vous accompagne tout en vous permettant d'agir à votre échelle et à votre rythme.*

Bénédicte Bard, directrice du CPIE Seignanx-Adour

LA  
**BIO  
DIVERSITE**



**ZOOM SUR ...**

# BIODIVERSITE ET MILIEUX NATURELS

*La nature ordinaire, si familière et de plus en plus rare...*

*Le Seignanx est connu pour ses espaces naturels bénéficiant de protections importantes et pour sa faune et sa flore remarquables : vision d'Europe, cistude d'Europe, grues cendrées, aigle botté, angélique des estuaires, fougère d'eau à quatre feuilles... Tous ces habitats et espèces sensibles ne peuvent cependant perdurer sans la présence d'une nature plus commune. Fortement utile, cette dernière constitue un véritable réservoir de biodiversité, préserve des espaces de liaisons et permet d'atténuer les risques naturels. Or, cette nature ordinaire est en train de se raréfier.*

*Les causes sont multiples*

*Dégradation des milieux, arrachage des haies, usage intensif des insecticides et des herbicides... mais également notre désir de « faire propre » avec nos pelouses rases et uniformes.*

● **Alors que les prairies** sont parmi les milieux les plus riches en vie sauvage, les techniques actuelles d'entretien (apport régulier d'engrais, désherbage, tonte à ras...) en font de véritables déserts biologiques!

● **Les haies bocagères** (zones de refuges, corridors biologiques, régulateurs hydrauliques) sont aujourd'hui en voie de régression, voire de disparition (remembrement, urbanisation). Les barrières végétales monospécifiques de nos jardins (thuya, laurier-cerise, cotonéaster...) ne remplissent aucunement le même rôle!

*Il est donc plus que jamais nécessaire de réinventer nos espaces naturels et de rompre avec la tradition qui exclut la nature du jardin. Même sur une petite propriété, une approche différente de la gestion peut contribuer à la reconquête de la biodiversité.*



## ECOGESTES

Pour vos plantations, utilisez des espèces locales.

Favorisez la biodiversité végétale au sein de vos espaces.

Créez des corridors biologiques.

Favorisez l'accueil de la petite faune.

Réduisez l'emploi de pesticides pour les espaces verts et jardins.

Éliminez totalement l'emploi de pesticides pour les espaces verts et jardins.

Protégez vos sols de l'érosion diffuse.

Préférez les produits utilisables en agriculture biologique.

Utilisez des produits naturels pour vous débarrasser des insectes et non des produits chimiques dangereux en aérosol.

Paillez le sol pour éviter les mauvaises herbes.

Pour vos allées ou parkings, choisissez des matériaux perméables à l'eau de pluie.

Pensez à donner d'autres fonctions aux espaces verts dans une approche bioclimatique.

## LE TYPE DE GESTE

**BASIQUE**

**ABORDABLE**

**LE PLUS €COLO**

**LE PLUS €COLO**

**ABORDABLE**

**LE PLUS €COLO**

**ABORDABLE**

**LE PLUS €COLO**

**ABORDABLE**

**ABORDABLE**

**LE PLUS €COLO**

**LE PLUS €COLO**

## COMMENT FAIRE

Les espèces locales sont rustiques et bien adaptées au climat. Les apports et l'arrosage seront minimisés. Elles attireront également la faune locale et permettront de reconstituer la chaîne alimentaire.

Ne fauchez pas l'intégralité de vos espaces. Laissez des zones en libre évolution (prairies fleuries, espèces à différentes hauteurs...). Diversifiez les haies et variez les strates.

Les corridors biologiques permettent aux espèces de se déplacer. Les zones de hautes herbes assurent la liaison entre la haie et les pelouses; les haies bocagères la liaison entre les boisements naturels...

Il est possible d'aménager son jardin ou ses espaces verts pour accroître la biodiversité.

Traitez en dehors des heures de butinage et de la présence des insectes (le matin, ou mieux encore, le soir après 18 h). Traitez en l'absence de vent, pour éviter toute dérive non souhaitée des produits.

Utilisez des méthodes de lutte alternative : herbiogaz, vapeur d'eau pour les surfaces stabilisées.

Sur les sols en pente, l'installation de plantes pérennes et d'arbustes va stabiliser le terrain par leurs racines et ainsi éviter l'érosion de la terre.

Même avec ces produits, certaines précautions sont nécessaires : ne pas appliquer des produits utilisant la lutte biologique (champignons, bactéries, bacillus thuringiensis) sur les fleurs (nuisance pour les abeilles).

Pensez aux pièges à insectes, aux huiles essentielles, aux bandes collantes. Certaines plantes également repoussent les insectes : basilic, citronnelle, géranium.

Cela protège également les insectes utiles pendant l'hiver, favorise le développement de la vie biologique et limite les écarts de température.

L'imperméabilisation des surfaces a des conséquences néfastes sur le cycle de l'eau (augmentation des débits, ruissellement, lessivage...).

Les végétaux peuvent être utiles pour protéger les bâtiments contre les vents (haies judicieusement placées), pour le confort thermique et hygrométrique (mur végétal, toiture végétalisée), pour se protéger du soleil...

## LE PETIT PLUS...

L'invasion des écosystèmes par des espèces exotiques constitue l'une des plus grandes menaces pour la biodiversité mondiale. Pour le Seignanx : tortue de Floride, jussie, renouée du Japon, herbe de la Pampa...

Créer des mosaïques de milieux naturels qui communiquent, favorise la biodiversité.

Les corridors écologiques sont des éléments essentiels pour le maintien de la biodiversité : outre la fonction de déplacement, ils assurent également les échanges physiques et génétiques des espèces.

Voir "Le plus écolo".

La France est le 1<sup>er</sup> consommateur de produits phytosanitaires en Europe (100 000 tonnes utilisées, dont 3% dans les jardins privés). Les pesticides, fongicides, herbicides détruisent la vie dans le sol, polluent les ressources en eau, perturbent les chaînes alimentaires.

Contre les fourmis : huile essentielle de lavande, marc de café. Contre les mouches : mettre des fagots d'aulne glutineux. Contre les pucerons : savon de Marseille.

Le paillis s'installe au printemps après avoir enlevé les mauvaises herbes. Types de paillis possibles : paillettes de lin, broyats de bois...

En aménageant des allées ou des parkings perméables, les eaux de pluie seront infiltrées et les écoulements freinés.

Les toitures végétalisées offrent de nombreux avantages. Elles jouent le rôle d'isolant, filtrent l'air ambiant et absorbent l'eau de pluie. Elles offrent également une bonne isolation acoustique.

E  
C  
O  
L  
O  
G  
I  
C  
I  
T  
É  
S



B  
O  
N  
N  
E  
é  
C  
O  
L  
O  
A  
B  
O  
R  
D  
A  
B  
L  
E

Ba  
SIQUE



## Le plus écolo...

Favoriser la biodiversité au sein de son espace naturel

Pour favoriser la biodiversité, il faut multiplier les habitats ou microhabitats afin d'accueillir un grand nombre d'espèces différentes.

### Quelques conseils

#### **Des milieux naturels diversifiés**

- **Un coin d'herbes « folles »** ou prairie fleurie pour attirer les insectes pollinisateurs.
- **Une haie d'arbustes à baies** (aubépine, sureau, prunellier, cornouiller, néflier...) pour les oiseaux.
- **Une mare pour de nombreuses espèces** : elle désaltèrera les oiseaux et les mammifères; les amphibiens et les insectes l'utiliseront pour se reproduire.
- **Un arbre dépérissant ou mort**, lieu de vie pour la faune : les insectes y trouvent refuge et hivernent, les oiseaux s'y nourrissent et s'y abritent. D'autres espèces, mammifères (écureuil, martre, genette...), amphibiens, reptiles occupent régulièrement des cavités de vieux arbres.
- **Une zone de végétation plus dense** ou « friche » pour abriter les reptiles.

#### **Des petits aménagements**

- **Un muret de pierres** pour l'accueil d'une faune et d'une flore variées : reptiles (lézards, couleuvres, vipères) et insectes (araignée rouge, punaise) viendront profiter de la chaleur des pierres. Certains micromammifères (mulots, campagnols...) et oiseaux seront favorisés. De nombreuses espèces végétales (mousses, fougères, lichens) y pousseront.
- **Un petit tas de bois** dans lequel certains mammifères, insectes ou reptiles trouveront refuge.
- **Une mangeoire** pour nourrir les oiseaux l'hiver (de la première gelée à la dernière).
- **Un nichoir** pour favoriser l'installation des oiseaux et des chauves-souris. Fixez des planchettes dessous pour protéger les façades ou les sols des fientes.
- **Un abreuvoir** où les animaux viendront se baigner et boire toute l'année.
- **Un gîte** pour le hérisson (toujours utile). Une simple caisse retournée, recouverte de feuilles avec une entrée lui suffira.
- **Des nichoirs et des abris** pour les insectes. Ils y passeront l'hiver ou simplement le jour ou la nuit : bûche percée (pour les abeilles et guêpes solitaires); pot de fleurs renversé (pour les perce-oreilles, grands prédateurs de pucerons); botte de tiges sèches creuses (pour les abeilles solitaires)...

*Et surtout, laissez faire la nature : respectez la chaîne alimentaire!*

*Même si certains animaux ont plus la côte que d'autres, il ne faut pas oublier que tous contribuent à l'équilibre de l'écosystème.*





## ✻ Ça va mieux en le disant !

*Au moins 16 000 espèces sont aujourd'hui en voie d'extinction.  
L'Union mondiale pour la nature considère menacées...*

- Une espèce d'oiseaux sur 8.
- Une espèce de mammifères sur 4.
- Une espèce d'amphibiens sur 3.
- Près de la moitié des tortues.
- Pour les espèces végétales, les 2/3 seront en danger à la fin du 21<sup>ème</sup> siècle.

*Malgré le nombre impressionnant d'espèces et d'individus, les insectes ne se portent pas si bien...*

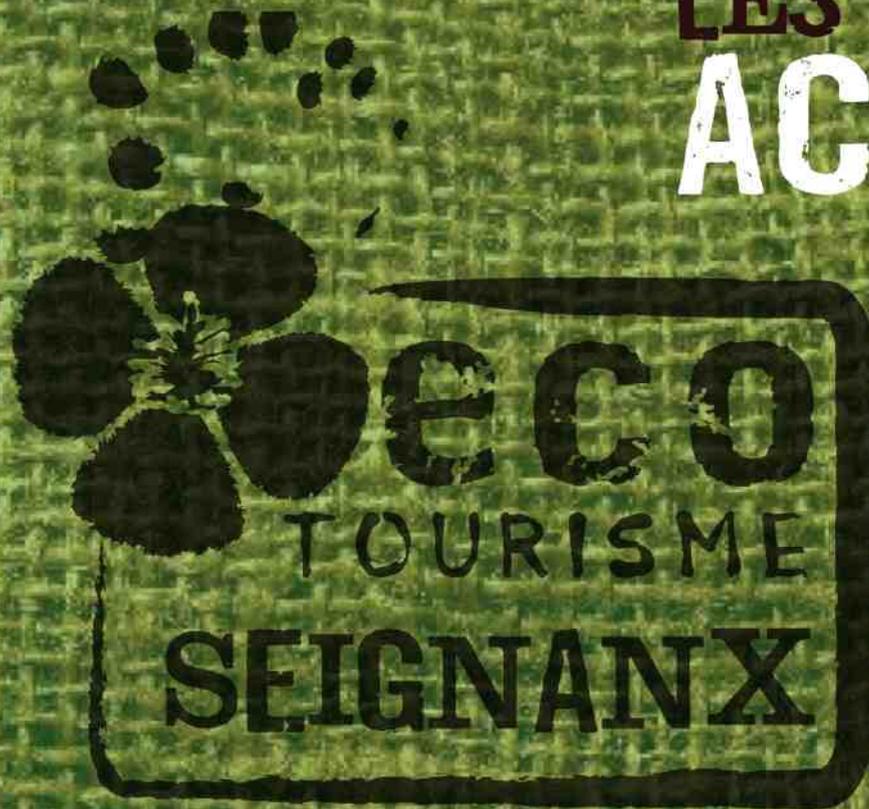
- 90% des insectes saproxyliques (qui se nourrissent du bois) sont en voie de régression du fait de la disparition de leur milieu de vie. Une année sans bois mort suffit à les faire définitivement disparaître.
- Les populations d'abeilles sont également menacées : le "syndrome d'effondrement des colonies" a été observé à partir de 2005 dans de nombreux pays (Etats-Unis, Canada, Europe).

*Plusieurs causes pourraient expliquer cette diminution dramatique...*

Infections parasitaires ou virales des populations, pesticides dans l'environnement des ruches ou au sein des espèces butinées, raréfaction des plantes qui fournissent nectar et pollen, compétition avec des espèces invasives...



# LES ACHATS



*De nombreux logos ou labels fleurissent de plus en plus sur les produits.*

*Certains garantissent le respect d'un certain nombre de critères environnementaux liés à la production ou à la fabrication, mais d'autres peuvent simplement relever du processus marketing. Pour vous aider à faire le tri, un éclairage sur les principaux labels et leur signification s'impose.*

## ZOOM SUR ...

## ECOGESTES

Misez sur la qualité : faites évoluer votre politique d'achats selon les principes écoresponsables.

Informez votre fournisseur de votre souhait d'orienter votre politique d'achats vers des produits plus respectueux de l'environnement.

Achetez du papier recyclé et pensez également aux enveloppes, chemises cartonnées...

Choisissez judicieusement vos produits.

Réduisez les emballages.

Évitez le mobilier en bois exotique.

Optez pour des produits d'entretien écologiques.

Choisissez un imprimeur possédant la marque "imprim'vert" ou certifié Iso 14001.

Évitez les désodorisants chimiques et préférez les solutions à base de produits naturels.

Pour les draps, nappes, serviettes... préférez le coton biologique.

Pour vos équipements informatiques, vérifiez qu'ils ont le label Energy Star.

Pour vos objets publicitaires, pensez également au durable.

Pour le nettoyage des surfaces et sols, utilisez des chiffons en microfibre.

## LE TYPE DE GESTE

ABORDABLE

ABORDABLE

BASIQUE

LE PLUS ÉCOLO

ABORDABLE

LE PLUS ÉCOLO

LE PLUS ÉCOLO

ABORDABLE

ABORDABLE

LE PLUS ÉCOLO

ABORDABLE

LE PLUS ÉCOLO

ABORDABLE

## COMMENT FAIRE

Pour les produits de la vie courante, privilégiez les produits labellisés.

Et demandez-leur de vous proposer des nouveaux produits.

Un papier recyclé contient au moins 50% de fibres issues du papier-carton. Sa fabrication nécessite beaucoup moins d'eau et d'énergie que celle du papier "blanc" et surtout préserve les forêts.

Abandonnez les produits jetables et remplacez par des modèles réutilisables. Idem avec les conditionnements individuels. Préférez le carton au plastique. Choisissez des produits sans vernis ni solvant...

Évitez les produits avec un emballage excessif (morceaux de polystyrène pour la protection). Préférez les emballages avec un seul matériau (recyclage facilité).

Le teck présente un certain côté nature, mais il provient des forêts vierges qui disparaissent.

Des solutions alternatives aux produits industriels existent et sont tout aussi efficaces. Voir "Le plus écolo".

La marque "imprim'vert" garantit une bonne gestion des déchets dangereux, la sécurisation de stockage des liquides dangereux, la non-utilisation des produits toxiques.

Essayez plutôt un mélange de fleurs séchées, d'huiles essentielles, d'eau et d'écailles de citron.

La culture conventionnelle du coton a un énorme impact écologique : emploi de pesticides, besoin en eau considérable. De plus, 75% des cultures sont OGM.

Le label Energy Star est attribué aux produits qui consomment moins d'énergie : copieurs, ordinateurs, imprimantes...

Prenez des objets publicitaires écologiques : valisettes en carton recyclé, clés USB en bois ou recyclées, stylos en matière naturelle...

Les chiffons en microfibre sont plus efficaces, ils ne nécessitent pas de rinçage et ne laissent pas de trace.

## LE PETIT PLUS...

Se reporter à la partie "Zoom sur..." pour plus de détails sur les différents labels existants.

L'amélioration de votre politique d'achats doit être progressive mais permanente, essayez de suivre régulièrement l'apparition de nouveaux produits.

60,3% de la matière première utilisée par l'industrie papetière française est issue des papiers et cartons récupérés. Autant de volumes qui ne seront pas incinérés ou mis en décharge.

La liste n'est pas exhaustive.

Presque 5 millions de tonnes d'emballages sont jetés chaque année en France. Et seulement 52% seront recyclés!

Voir la rubrique "Ça va mieux en le disant!".

Proposez aux clients des "kits de nettoyage écologique" (liquide vaisselle, nettoyant universel et produit pour les sanitaires).

Demandez également l'utilisation d'encre végétales.

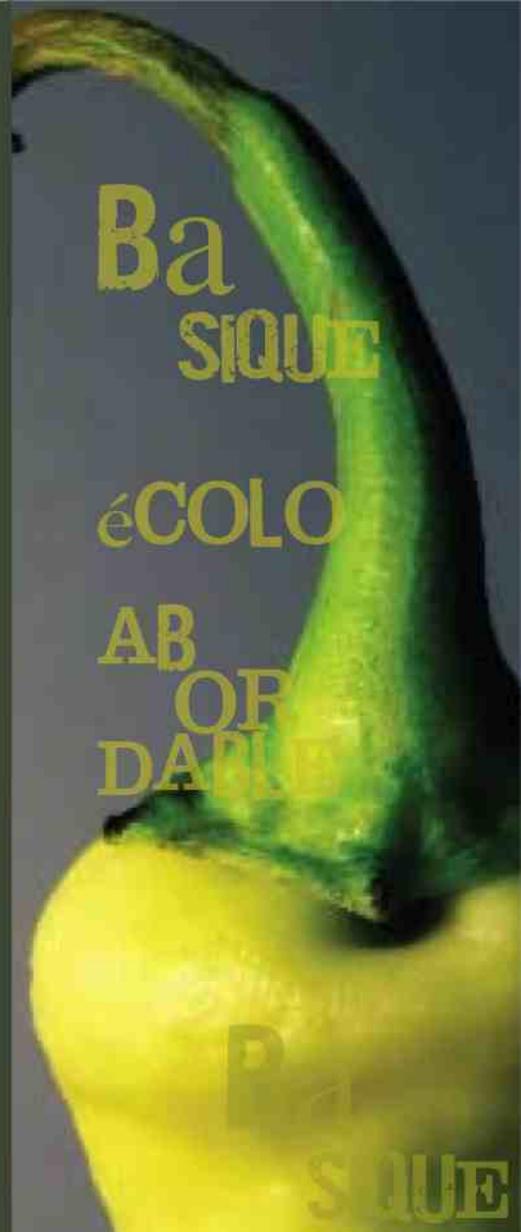
5 à 10 minutes fenêtres ouvertes, c'est le temps qu'il faut pour renouveler l'air d'une pièce.

Pensez également au lin et au chanvre. La culture du lin nécessite 10 fois moins de produits phytosanitaires que le coton. Le chanvre a des propriétés antimicrobiennes et a la particularité de pouvoir être cultivé sans traitement.

Un portable (même associé à un écran de bureau) est plus économique qu'un ordinateur de bureau sur la durée de vie de l'équipement.

Ex de sites Internet : [unbureauurlaterre.com](http://unbureauurlaterre.com), [ecoburo.fr](http://ecoburo.fr)

E  
C  
O  
L  
O  
G  
I  
C  
I  
T  
E  
S



Ba  
SIQUE

éCOLO

AB  
OR  
DAR

P  
SIQUE



## Le plus écolo...

Opter pour des solutions alternatives  
aux produits industriels d'entretien

Quelques produits polyvalents, qui ont fait leurs preuves par le passé, peuvent remplacer avantageusement la gamme des produits industriels. Il suffit parfois de bien connaître leurs propriétés pour les utiliser de manière judicieuse ou fabriquer des produits d'entretien écologiques et économiques! En voici une sélection...

### Les ingrédients basiques

- **Le vinaigre blanc** a des atouts multiples : non toxique, dépourvu d'additif inutile, entièrement biodégradable, non polluant. Ses propriétés sont nombreuses : conservateur, dégraissant, détartant, antiseptique, désinfectant, antiparasite, antifongique.

#### Exemples d'utilisations...

Dilué dans l'eau avec un peu de jus de citron, il permet de désinfecter le réfrigérateur, les WC, la salle de bains.

Versé dans un vaporisateur, le vinaigre blanc pur peut servir à nettoyer toute surface : murs, portes... en essuyant par la suite avec une éponge. Pour adoucir le linge et prévenir les dépôts de calcaire dans le lave-linge : versez un demi-verre dans le bac assouplissant.

- **Le bicarbonate de soude** neutralise les acides (et donc les odeurs). Abrasif doux, nettoyant, adoucisseur d'eau.

#### Exemples d'utilisations...

Pour déboucher un évier, un lavabo : versez 2 cuillères à café de bicarbonate de soude dans le tuyau, puis ajoutez la même quantité de vinaigre blanc chaud. Laissez agir quelques minutes (un "bouillonnement" se produit), puis rincez à l'eau chaude.

#### ● Les savons

- **Le savon noir** est très dégraissant et détachant : il permet de dégraisser les hottes et les fours, de nettoyer les vitres. C'est également un antiseptique et un insecticide très efficace : il nettoie en profondeur, fait briller, nourrit et protège les surfaces (carrelage, lino).

- **Le savon de Marseille**, moins efficace que le savon noir pour le nettoyage de la maison, mais idéal pour le linge. C'est également un antiseptique.

- **Le jus de citron** décolore, ravive la pierre et l'émail, désodorise, détartre. C'est aussi un abrasif.

#### ● Les huiles essentielles

Les HE sont des produits naturels mais qui peuvent être dangereux s'ils sont mal employés. Certaines huiles essentielles étant irritantes pour la peau, mieux vaut éviter de les manipuler à mains nues. Les enfants de - de 7 ans et les chats y sont particulièrement sensibles. Les HE se dosent en gouttes.





Selon l'huile choisie, les propriétés sont différentes. En voici quelques-unes utiles pour l'entretien.

- **Tea tree** (*Melaleuca alternifolia*) : antibactérien puissant à large spectre d'action, fongicide, parasiticide, antiviral.
- **Citron** (*Citrus limon*) : antibactérien, antiviral. Bonne odeur de propre.
- **Pin sylvestre** (*Pinus sylvestris*) : antiseptique, bonne odeur de propre.
- **Eucalyptus** (*Eucalyptus radiata* ou *Eucalyptus globulus*) : antiseptique, antibactérien, antiviral. Bonne odeur de propre.
- **Lavande aspic** (*lavandula spica* ou *Latifolia cineolifera*) : antiseptique, bactéricide, antivirale, fongicide, antimitite, éloigne les fourmis. Bonne odeur de propre.
- **Menthe poivrée** (*Mentha piperita*) : antiseptique, antibactérienne, antivirale, fongicide, vermicide. Bonne odeur de propre.

#### Exemples d'utilisations...

Elles peuvent être diluées dans du vinaigre blanc, de l'huile végétale.

Pour un effet parfumant : imprégner un morceau de coton de quelques gouttes d'huile essentielle et le déposer au fond de la poubelle ou dans le sac aspirateur; on peut également verser quelques gouttes sur des pierres poreuses ou sur de l'argile concassée.

### Les produits à préparer

#### ● Le nettoyeur/désinfectant multi-usage

Mettre dans un bidon opaque de 2 litres et dans l'ordre :

- 2 cuillères à soupe (CS) de bicarbonate de soude
- 2 litres d'eau chaude, mélanger
- 1 verre dans lequel auront été mélangées : 1 CS de vinaigre blanc et 1 à 3 CS d'un mélange d'huiles essentielles
- bien secouer à chaque utilisation.

#### ● Le nettoyeur WC

Mettre dans un vaporisateur de 500 ml :

- 1/3 de vinaigre blanc
- 2/3 d'eau
- 2 cuillères à café d'huile essentielle
- vaporiser sur les parois, laisser agir 15 à 20 minutes, brosser.

*Ces conseils et recettes sont tirés du livre « Raffa, le grand ménage ». Raffa est la spécialiste des produits d'entretien et cosmétiques faits maison.*



## Ça va mieux en le disant !

*Quelques chiffres pour développer votre « consom'action » (consommation responsable)...*

- **Pour les meubles en bois**, faites le bon choix (label FSC par exemple). Environ 14 millions d'hectares de forêts tropicales disparaissent chaque année pour alimenter notamment le commerce illégal de bois exotique. Les meubles en teck, ébène, iroko, sapelli, wengé... non certifiés proviennent la plupart du temps de coupes illégales de forêts tropicales africaines.
- **Acheter des produits locaux et de saison** favorise l'économie locale, mais surtout diminue notre impact sur l'environnement. Les fruits venus d'Espagne nécessitent 8 fois plus d'équivalent carbone que ceux cultivés en France; ceux venant de Tunisie 400 fois plus.
- **Mangez bio, c'est sain et écolo.** L'agriculture biologique réduit de 30% l'énergie nécessaire à la production agricole.
- **Moins d'emballages, c'est aussi payer moins cher.** On estime que le prix des emballages représente 10% du prix des produits.
- **Sans devenir végétarien, mangez moins de viande bovine.** Il faut 15 000 litres d'eau pour produire 1 kilo de viande. En comparaison, il faut 7 000 litres pour un tee-shirt en coton et 2 000 litres pour 1 kilo de riz.



# L' EAU



ZOOM SUR ...

# ...LES EQUIPEMENTS ECONOMES EN EAU

*De nombreux équipements et solutions techniques...*

*... sont aujourd'hui disponibles pour diminuer les volumes d'eau utilisés.  
Faites le choix parmi les plus courants.*

- **Régulateurs-limiteurs de débit**

Embouts à visser qui aèrent le jet d'eau et qui permettent de diminuer le débit de 12 litres par minute à 6 litres, voire 4.5 litres par minute (pour les performants). Les économiseurs d'eau se vissent directement sur le robinet. Ces embouts varient en fonction de la tête du robinet et du filetage.

- **Mitigeurs thermostatiques**

Evitent le gaspillage d'eau en réduisant le temps d'attente pour obtenir la bonne température d'eau chaude (économie de 25 à 30 litres par douche).

- **Economiseurs d'eau pour douche**

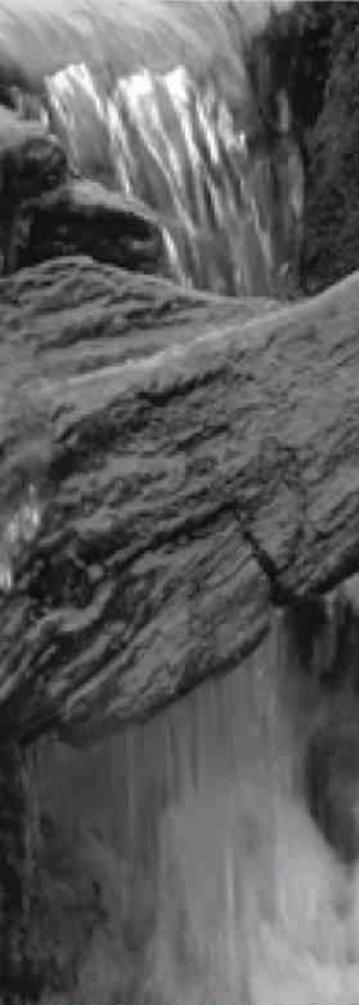
S'installent entre le mitigeur et le flexible ou à la base de la douchette et permettent de diminuer le débit de 18 litres/minute à 10 litres/minute.

- **Pomme de douche économique**

Pommeau équipé d'un système à turbulences permettant de fractionner les gouttes d'eau. Il multiplie ainsi la surface d'eau en contact avec la peau. Le débit passe de 10 - 18 litres/minute (avec un pommeau ordinaire) à 5-7 litres/minute.

- **Stop-douche**

Permet d'interrompre la douche, sans modifier les réglages de température. En position fermée, le stop-douche laisse couler un mince filet d'eau afin d'éviter que l'eau chaude ne remonte dans l'eau froide. Les économies sont d'environ 25 à 30 litres par douche.



- **Écoplaquettes pour réservoirs de WC**

2 plaquettes en polymère à disposer à l'intérieur des WC pour créer des retenues d'eau et réduire la contenance de la chasse d'eau qui est optimale à 6 litres. La pose d'écoplaquettes permet d'économiser les 3 à 4 derniers litres normalement évacués.

- **Robinets temporisés ou boutons-poussoirs**

Évitent que les robinets restent ouverts par oubli. Il est possible de régler le débit lors de la pose.

- **Détecteurs de présence**

Permettent de ne faire couler l'eau qu'en présence de l'utilisateur. Ces équipements sont adaptés aux robinets et urinoirs.

Si vous souhaitez vous rendre compte réellement des économies d'eau que vous faites avec ces appareillages, vous pouvez utiliser un débitmètre.

*Tous ces produits sont faciles à installer avec des sensations de confort identiques. Toutefois, il faut respecter les débits en fonction des usages.*

- Cuisine : entre 6 et 9 litres/minute.
- Salle de bains : 4,5 litres/minute.
- Lave-mains : 2,5 litres/minute.
- Douche : 9 - 10 litres/minute. Ne pas descendre en dessous de 8 litres/minute.



## ECOGESTES

Faites le point sur votre consommation d'eau.

Vérifiez la pression du réseau d'eau.

Traquez les fuites.

Équipez-vous de produits économiseurs d'eau.

Récupérez l'eau de pluie.

Paillez les plantations.

Choisissez bien les appareils ménagers : lave-linge, lave-vaisselle...

Proposez aux clients de conserver leurs serviettes plusieurs jours.

Pensez aux lave-vaisselle pour les locations.

Réutilisez l'eau des sèche-linge.

Mesurez la dureté de l'eau et adaptez les doses de lessive.

Utilisez une lessive sans phosphates.

## LE TYPE DE GESTE

**BASIQUE**

**BASIQUE**

**BASIQUE**

**ABORDABLE**

**LE PLUS ÉCOLO**

**LE PLUS ÉCOLO**

**BASIQUE**

**LE PLUS ÉCOLO**

**BONNES IDÉES**

**BONNES IDÉES**

**ABORDABLE**

**BASIQUE**

## COMMENT FAIRE

Cela vous permettra d'avoir un point de départ, d'identifier les postes les plus consommateurs et de fixer des priorités.

Si l'installation est ancienne, la pression peut être supérieure à 3 bars. L'installation d'un réducteur de pression va permettre de réduire la consommation.

Relevez votre compteur le soir et comparez avec celui du matin.

De nombreux équipements techniques sont disponibles pour diminuer les volumes d'eau utilisés : limitateurs-régulateurs de débit, douchettes, écopaquettes pour WC...

Contrairement à celle du réseau, l'eau de pluie n'est ni calcaire, ni chlorée. Elle est également beaucoup plus appropriée pour l'arrosage des plantes.

La couverture limite les déperditions d'eau par évaporation. Le paillage évite aussi les mauvaises herbes.

Les nouvelles machines à laver (Classe A) consomment moins de 50 litres par cycle de lavage, les nouveaux lave-vaisselle seulement 10 à 15 litres d'eau.

Prévoir un mode de fonctionnement simple : serviettes laissées sur le porte-serviettes : ne pas changer, serviettes au sol ou dans un panier à linge : à changer.

Les lave-vaisselle actuels utilisent moins d'eau (jusqu'à 4 fois moins) et d'énergie que lors d'une vaisselle à la main.

Pour les sèche-linge à condensation, en fin de cycle l'eau du sèche linge est vidée dans le lave-linge.

Avec une eau douce (< de 15°F), on a moins besoin de produit.

Cela permet d'éviter la prolifération d'algues dangereuses pour la vie aquatique.

## LE PETIT PLUS...

Un tableau "bilan des consommations d'eau" vous est proposé à la fin du guide.

Lorsque la pression est réduite de moitié, le débit diminue d'environ 30%.

Un robinet qui goutte est un robinet qui coûte.

Voir la partie "Zoom sur" pour plus de détails sur les économiseurs d'eau.

Voir "Le plus écolo".

Voir également la partie Biodiversité.

La différence peut aller jusqu'à 30 litres (entre 2 machines à laver).

Changer les serviettes lorsque les clients ne le demandent pas, n'est pas utile.

L'utilisation de détergents sans chlore ni phosphates réduit les risques de pollution.

Cela permet d'économiser une consommation d'eau lors du remplissage de la machine à laver.

La dureté de l'eau est indiquée sur la fiche "qualité des eaux" de la facture. Vous pouvez la mesurer avec des bandelettes.

Les quantités de phosphates mesurées dans les rivières sont 10 à 15 fois supérieures aux teneurs naturelles.

ÉCOLOGES

Ba  
SIQUE

éCOLO

AB  
OR  
DABLE

Ba  
SIQUE

## ECOGESTES

Utilisez la bonne dose de produit de nettoyage.

A l'extérieur, nettoyez sans produit chimique.

Stockez les produits dangereux dans des bacs de rétention.

Réduisez la consommation d'eau de javel.

Lavez le linge avec des balles de lavage.

Utilisez des ventouses plutôt que des produits nocifs.

Réduisez la quantité de chlore dans les piscines.



## LE TYPE DE GESTE

**BASIQUE**

**ABORDABLE**

**ABORDABLE**

**LE PLUS «COLO**

**BONNES IDÉES**

**BASIQUE**

**LE PLUS «COLO**

## COMMENT FAIRE...

Les surplus génèrent des pollutions inutiles et réclament plus d'eau pour rincer.

Les eaux utilisées finissent dans la nature.

Cela évitera ainsi tout risque de pollution accidentelle des réseaux d'eau ou du sol.

L'eau de Javel contient du chlore. Lors de son rejet avec les eaux domestiques, le chlore libéré est toxique et s'accumule dans les chaînes alimentaires.

La balle de lavage permet de réduire la quantité de lessive, d'abandonner l'adoucissant et de réduire la température de l'eau.

Si un déboucheur est nécessaire, préférez un produit à base d'enzymes plutôt qu'un produit chimique.

Pour réduire le chlore au strict minimum : privilégiez les systèmes à dosage électronique. Pour remplacer le chlore, les rayons ultraviolets, l'oxygène actif sont des solutions alternatives.



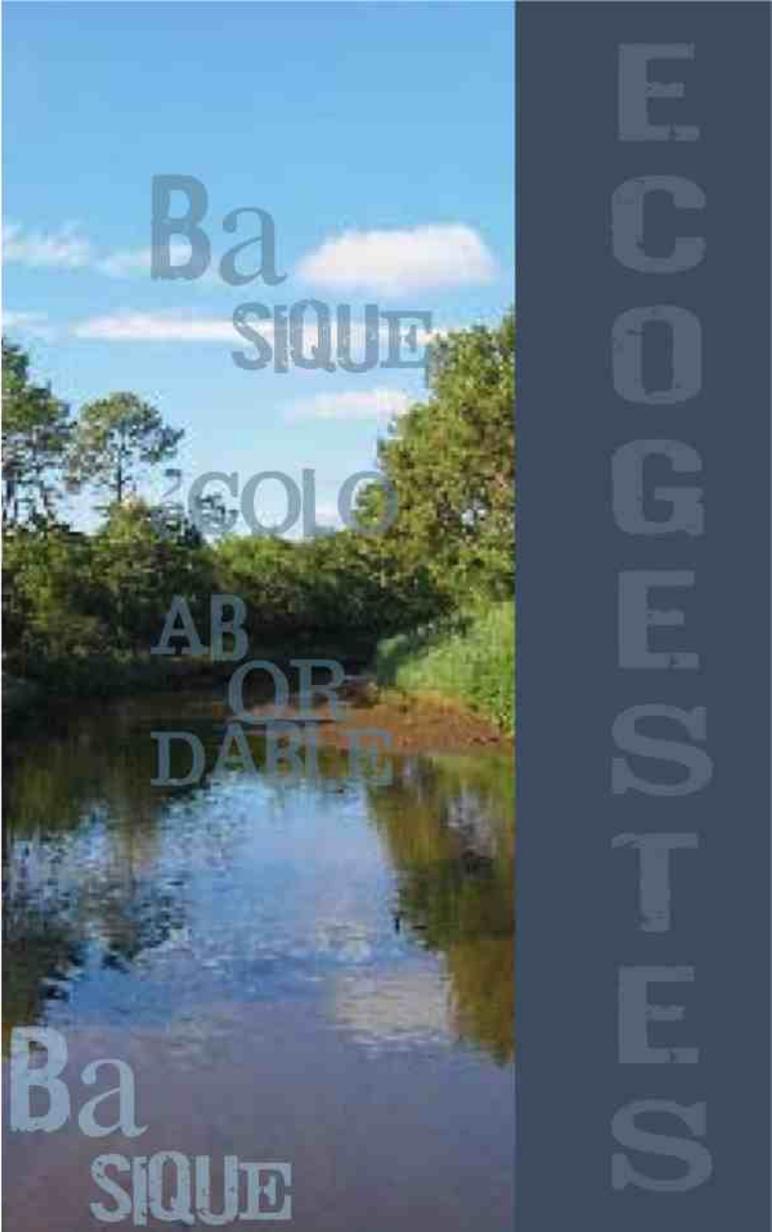
## LE PETIT PLUS...

Des alternatives existent : le vinaigre blanc dilué dans de l'eau et du citron, les huiles essentielles (tee tree...). Voir la partie Achats.

Choisissez celles en caoutchouc naturel, elles résistent à tous les types de produits et à toutes les températures.

Essayez 2 Cc de bicarbonate de soude + 2Cc de vinaigre blanc chaud puis rincez.

L'eau des piscines contient de plus en plus de produits chimiques : désinfectants (chlore), régulateurs de PH, traitement antialgues... non sans impacts sur l'environnement et la santé notamment.





## Le plus écolo...

### Récupérer et utiliser l'eau de pluie

Avec une moyenne d'environ 1500 mm de précipitations par an, les Landes bénéficient d'une ressource d'eau de pluie importante. Il est donc intéressant de pouvoir récupérer ce potentiel pour l'arrosage du jardin, le lavage des voitures, de la terrasse, l'alimentation des toilettes.

### L'eau de pluie, une ressource de qualité

Contrairement à celle du réseau, l'eau de pluie n'est ni calcaire ni chlorée. Elle est également moins froide, qualité appréciée des plantes du jardin. Quelles que soient la région et la saison, on peut récupérer entre 30 et 85 litres/m<sup>2</sup> de toiture par mois. Attention, les toitures contenant des goudrons ou de l'amiante sont à exclure.

### Evaluez vos besoins

- Pour bien calculer le volume de votre cuve, vous devez tenir compte des précipitations locales (en litre/m<sup>2</sup>/an), de la surface de récupération d'eau de pluie (toit) et de l'utilisation que vous allez faire de cette eau.
- Ordres d'idées des besoins annuels :
  - Arrosage pelouse : 60 litres/m<sup>2</sup>.
  - Nettoyage : 190 litres/voiture.
  - Jardin : 6000 litres/m<sup>2</sup>.
  - WC : 8000 litres/personne.

### La réglementation

L'utilisation de l'eau de pluie collectée en aval de la toiture est autorisée non seulement pour l'arrosage des espaces verts, mais aussi pour les usages intérieurs : lavage des sols et évacuation des toilettes. Plusieurs points sont à respecter pour la mise en place du système. Il est préférable de consulter un bureau d'études spécialisé si vous souhaitez récupérer l'eau de pluie pour des usages internes. Pour plus de détails, se reporter à l'Arrêté du 21 août 2008 relatif à la récupération des eaux de pluie et à leur usage à l'intérieur et à l'extérieur des bâtiments.

### En pratique

*En fonction de la place disponible, du budget... deux systèmes de récupération d'eau de pluie sont envisageables.*

#### ● **Les systèmes extérieurs**

Ce sont les systèmes les plus appropriés pour une utilisation uniquement extérieure (arrosage jardin, nettoyage de voiture) et les plus simples en terme d'installation. Il s'agit de monter un collecteur filtrant sur la gouttière qui sera relié à la cuve. Il existe plusieurs types de collecteurs filtrants avec des ordres de prix variant en fonction de la capacité de filtration, d'autonettoyage... Les cuves, de forme cylindrique ou rectangulaire, sont en polyéthylène et possèdent un robinet pour prélever l'eau ainsi qu'un couvercle. Elles doivent être vidées en hiver (en cas de formation de glace).





- **Les systèmes à enterrer**

Il existe principalement deux types de cuves.

- **Les cuves en polyéthylène**, du fait de leur faible poids, sont faciles à mettre en place mais leur volume de stockage reste limité à 10 m<sup>3</sup>.
- **Les cuves en béton** sont par contre beaucoup plus lourdes (plusieurs tonnes). Elles nécessitent un engin de levage. Le béton permet cependant de neutraliser l'acidité naturelle de l'eau de pluie. Leur volume de stockage est de l'ordre de 5 à 18 m<sup>3</sup>.

- **Des équipements complémentaires sont à prévoir**

Dispositif de filtration, système de trop-plein, système de mise sous pression par pompe... Pour l'alimentation intérieure, le système de pompage devra permettre de pallier le manque d'eau de pluie en basculant de façon automatique sur l'eau du réseau et inversement. Ce système garantira la non mise en contact entre l'eau de pluie et l'eau du réseau.

## Ça va mieux en le disant !

*Un Français utilise en moyenne 150 à 200 litres d'eau par jour (soit huit fois plus que nos grands-parents) : 7% pour l'alimentation et 93% pour l'hygiène, les travaux de lavage et de nettoyage. En vacances, nos comportements peuvent changer : en Espagne, un touriste consommera 440 litres d'eau par jour, soit presque le double du volume utilisé par les habitants locaux.*

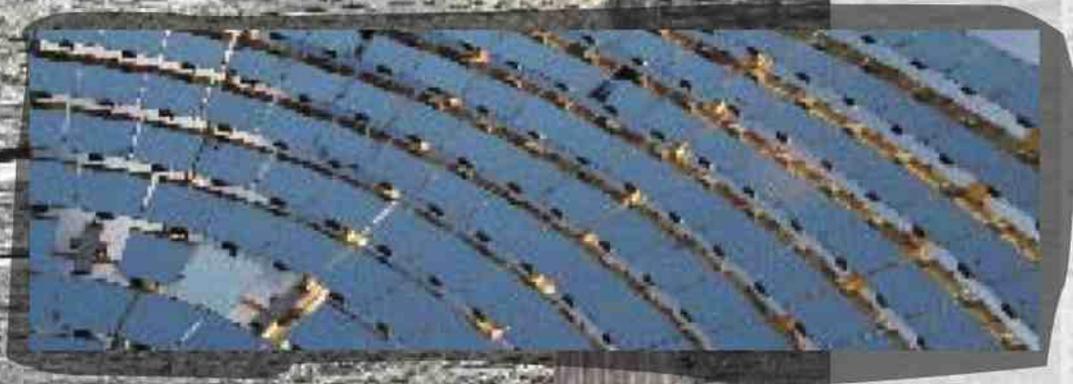
### De petites fuites ?

- Un robinet qui suinte : 0.1 L/heure, soit 1 m<sup>3</sup>/an.
- Petit goutte à goutte : 0.5 L/heure, soit 5 m<sup>3</sup>/an.
- Robinet qui goutte : 1.5 L/heure, soit 15 m<sup>3</sup>/an.
- Fuite légère de la chasse d'eau : 3 L/heure, soit 30 m<sup>3</sup>/an.
- Filet d'eau au robinet : 10 L/heure, soit 90 m<sup>3</sup>/an.
- Chasse d'eau qui coule : 30 L/heure, soit 250 m<sup>3</sup>/an.



# L' ENERGIE

*Les ampoules «classiques» vont progressivement disparaître des rayons des magasins. Faut-il s'en plaindre? Non, car sur le plan de la consommation énergétique, les lampes à incandescence ont une efficacité lumineuse très faible et ne produisent finalement que peu de lumière (5%) et beaucoup de chaleur (95%).*



*Les lampes fluocompactes (basse consommation) consomment à luminosité égale, de 4 à 6 fois moins d'électricité.*

## ZOOM SUR

# ... LES AMPOULES BASSE CONSOMMATION

Sur le plan pratique, certaines précautions sont à prendre concernant le choix, l'utilisation, le lieu...  
Voici quelques indications.

## Les lampes fluocompactes (LFC)

● La quantité de lumière visible émise par une lampe s'exprime en lumen(s) alors que le watt exprime la consommation d'énergie électrique. Le rapport lumen/watt (lumens fournis par watts) s'appelle l'efficacité lumineuse : plus il est grand, plus la lampe convertit l'énergie en lumière. Pour un flux lumineux équivalent, les puissances sont donc différentes entre les lampes à incandescence et les LFC.

Le temps de montée en puissance d'une LFC n'est pas instantané : elle met plusieurs dizaines de secondes pour fournir la moitié de l'éclairage maximal. Elles sont donc à éviter dans les pièces éclairées par intermittence (WC, couloirs).

● Concernant les champs électromagnétiques, l'inquiétude est née de mesures effectuées par le Criirem (Centre de recherche et d'information indépendantes sur les rayonnements électromagnétiques). L'Asfet (Agence française de sécurité sanitaire de l'environnement et du travail) oeuvre également à la mise au point d'un protocole d'essais. Dans l'attente des conclusions d'études, mieux vaut éviter l'utilisation de ces ampoules en tant que lampes de chevet ou de bureau (à moins d'un mètre) ou choisir de faibles puissances (8 ou 11 watts).

● Un autre point important sur les plans environnemental et sanitaire : les lampes fluocompactes contiennent une faible quantité de mercure (0.005%). Il n'y a aucune émission dans le logement tant qu'on ne la casse pas. Mais le mercure étant toxique, il est recommandé d'aérer, de ramasser les débris avec un balai et non un aspirateur, et de les mettre dans un sac fermé pour les amener à la déchetterie.

● Le mercure étant très polluant, ces lampes sont considérées comme un déchet dangereux. Elles doivent être récupérées et ramenées chez un revendeur pour leur recyclage. Le vendeur est dans l'obligation de les reprendre gratuitement.

## Les LED sont-elles une bonne solution alternative ?

● Les diodes électroluminescentes (DEL ou LED) sont des composants électroniques capables d'émettre de la lumière lorsqu'ils sont parcourus par un courant électrique. Elles sont utilisées dans de nombreux domaines : télécommandes (diodes infrarouges), ordinateurs ou téléviseurs pour indiquer leur état (arrêt, veille, marche). Elles équipent également les feux tricolores en ville.

● Côté éclairage, les LED ont encore des progrès à faire : elles éclairent de manière directive et ne sont donc pas adaptées à l'éclairage d'une pièce. Mieux vaut les réserver pour des éclairages ponctuels : lampe de chevet, spot, veilleuse.

● Côté tarif, elles restent très chères même si leur durée de vie (15 000 à 50 000 heures) compense à terme leur surcoût.

à Incandescence	LFC
Watt(s)	
100	18 à 21
75	14 à 15
40 à 60	8 à 12

au 1<sup>er</sup> septembre 2010 : les ampoules de 75 watts ne pourront plus être réapprovisionnées par les distributeurs.  
au 1<sup>er</sup> septembre 2011 : les ampoules de 60 watts / au 1<sup>er</sup> septembre 2012 : les ampoules de 25 watts.  
Cependant, les stocks existants (points de vente et plates-formes) pourront continuer à être commercialisés.

## ECOGESTES

Faites le point sur votre consommation actuelle d'énergie.

Évitez les éclairages inutiles.

Équipez-vous d'appareils électriques de Classe A.

Éteignez les veilles des appareils électriques.

Mettez des coupe-veilles.

Remplacez progressivement vos ampoules traditionnelles par des ampoules à économie d'énergie.

Équipez-vous d'appareillages permettant de limiter l'éclairage au strict minimum.

Programmez votre chauffage électrique.

Pour l'éclairage extérieur, adoptez des horloges et cellules photosensibles.

Et si vous pensiez au chauffe-eau solaire ?

Vérifiez la température de l'eau chaude que vous utilisez et abaissez-la à 55°C.

Privilégiez les lavages à basses températures.

Placez un thermomètre dans les salles.

Limitez les impacts de l'éclairage nocturne pour la faune.

## LE TYPE DE GESTE

**BASIQUE**

**BASIQUE**

**ABORDABLE**

**ABORDABLE**

**LE PLUS ÉCOLO**

**ABORDABLE**

**BONNES IDÉES**

**ABORDABLE**

**ABORDABLE**

**LE PLUS ÉCOLO**

**BONNES IDÉES**

**BASIQUE**

**LE PLUS ÉCOLO**

**LE PLUS ÉCOLO**

## COMMENT FAIRE

Cela vous permettra d'avoir un point de départ, de vous fixer des objectifs d'amélioration quantifiés et de mesurer les résultats.

En journée, pensez à éteindre les points d'éclairage qui n'apportent pas de luminosité supplémentaire à la lumière du jour.

Privilégiez les appareils avec l'écolabel européen : ils sont respectueux de l'environnement tout au long de leur cycle de vie.

Pensez à vos ordinateurs, télévisions... mais aussi aux cafetières. Même en veille les appareils consomment (faible puissance électrique mais longue durée).

Coupe-veille "Coxiwatt" (pour le matériel audiovisuel ou poste informatique) ou coupe-veille type multiprise.

Efficacité lumineuse supérieure, durée de vie en principe plus longue et consommation d'électricité largement inférieure.

Détecteurs de présence pour les locaux techniques, couloirs, allées peu fréquentées... Cartes coupe-courant dans les chambres.

Cela permet d'abaisser automatiquement les températures pendant les périodes de sommeil ou d'absence.

Pour les façades, enseignes, jardins...

La chaleur du soleil est une source d'énergie gratuite, renouvelable et qui peut être utilisée pour la production d'eau chaude.

Cela permet de réduire la consommation d'électricité. Attention le risque de légionellose interdit de descendre en dessous.

Un lavage à 40°C consomme 3 fois moins d'électricité qu'un lavage à 90°C.

Cela permet de connaître la température réelle et de l'ajuster (19°C dans les pièces à vivre est une température raisonnable).

Ne pas éclairer le ciel directement. Munir les sources lumineuses d'abat-jour renvoyant la lumière vers le bas, évitez d'éclairer les façades, éclairez les murs et panneaux du haut vers le bas.

## LE PETIT PLUS...

Un tableau "bilan des consommations d'énergie" vous est proposé à la fin du guide.

Les appareils sont étiquetés de A à G (les plus consommateurs). Un appareil de Classe A consomme jusqu'à 3 fois moins qu'un appareil de Classe C.

Pour les petits déjeuners échelonnés, pensez au thermos.

Pour connaître le coût de fonctionnement des appareils ménagers électriques (en kWh ou en euros), utilisez un consommètre.

Voir la partie "Zoom sur" pour plus de détails sur les lampes fluocompactes.

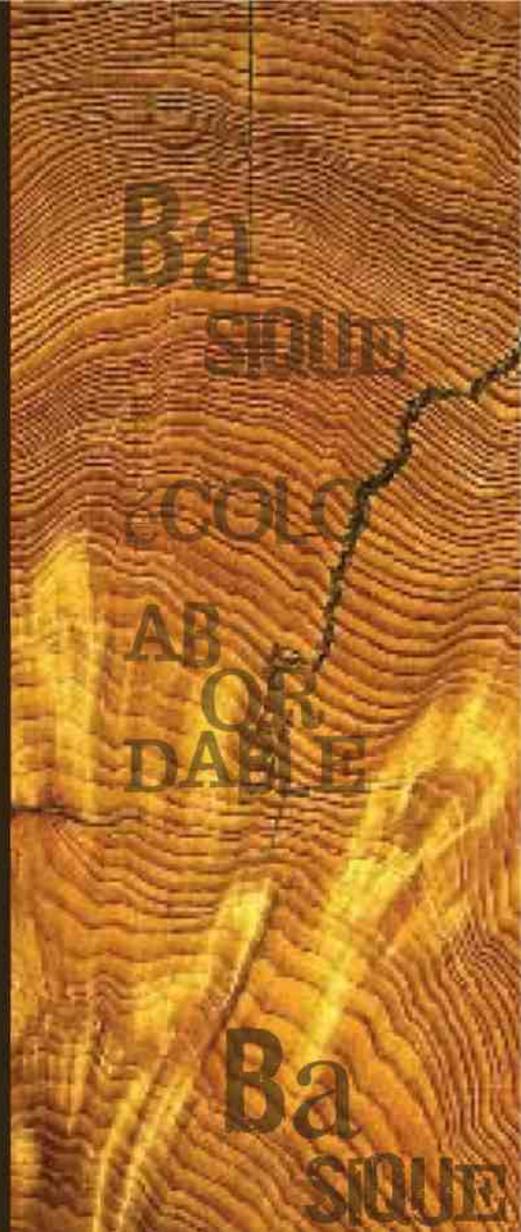
Un programmeur qui réduit automatiquement de 4°C la température pendant la nuit ou les périodes d'inoccupation permet d'économiser 10 à 15% de chauffage.

Voir "Le plus écolo".

Passer de 20°C à 19°C, c'est 7% de consommation en moins.

Les sources lumineuses de nuit sont responsables de la mort directe ou indirecte de nombreuses espèces (insectes, oiseaux...).

E  
C  
O  
L  
O  
G  
I  
C  
I  
T  
É  
S



Ba  
SIQUE

COLO

AB  
OR  
DABLE

Ba  
SIQUE



## Le plus écolo...

### Installer un chauffe-eau solaire

#### **Le solaire, pourquoi ?**

Actuellement, notre consommation d'énergie est basée à 81% sur des énergies dites « fossiles » (pétrole, gaz, charbon, uranium). Or, les stocks de ces énergies non renouvelables sont limités. On estime qu'ils seront épuisés d'ici 2100 (pour le charbon : 2700).

*Le soleil est une source d'énergie renouvelable, inépuisable et non polluante. En France, le gisement solaire est particulièrement favorable (cinquième rang européen), mais le solaire thermique tient encore une place marginale dans la production d'énergies renouvelables.*

#### **Le solaire thermique, comment ?**

Le solaire thermique correspond à la conversion du rayonnement solaire en énergie calorifique.

- **Un chauffe-eau solaire se compose de deux éléments principaux** : les capteurs solaires et le ballon de stockage. Les capteurs sont posés dehors (sur le toit, une terrasse, par terre : à côté). Le ballon est installé à l'intérieur de la maison, il sert à stocker l'eau chauffée par les capteurs. Ces deux éléments sont reliés par un circuit hydraulique.

- **Un chauffe-eau solaire n'est pas entièrement autonome.** Pour les jours sans soleil, il faut un autre appoint variable selon le système de chauffage existant. L'emplacement moyen pour les capteurs est compris entre 2 et 4 m<sup>2</sup> (à affiner selon la localisation géographique. En Aquitaine, la surface nécessaire est estimée à 0.6 m<sup>2</sup>/personne). Même si un chauffe-eau solaire ne couvre généralement qu'entre 50 et 70% des besoins en eau chaude, il permet toutefois de faire des économies (de 2000 à 3000 kWh par an) et peut être amorti en 7 à 12 ans.

*Pour des consommations plus importantes (types hôtels et hébergements de vacances), des installations solaires adaptées (on parle alors de chauffe-eau solaire collectif) sont envisageables (bâtiments à rénover ou nouveaux projets de construction). Une phase de diagnostic préalable peut être nécessaire avant la mise en œuvre.*

### **Des aides financières possibles ?**

- **Pour les applications individuelles** (chauffe-eau solaire individuel), vous pouvez disposer d'un crédit d'impôt (le taux est de 50%). Les capteurs solaires thermiques doivent être couverts par une certification. En Aquitaine, le crédit d'impôt est complété par un système de prêts bonifiés de la part de la Région. La banque doit être signataire de la convention de prêt Région Aquitaine, ADEME.
- **Pour les applications collectives**, l'ADEME (Agence de l'environnement et de la maîtrise de l'énergie) a mis en place des subventions :
  - Aide aux études et prédiagnostics : à hauteur de 70% plafonnée à 2300 € (prédiagnostic simple) ou 3800 € (s'il inclut des préconisations de mise en œuvre).
  - Aide aux investissements : à hauteur de 40% sous certaines conditions (superficie de capteurs, productivité solaire, montant de l'investissement, certification...).

 Ça va mieux en le disant !

*Même en veille, les appareils consomment de l'énergie. Il s'agit d'énergie cachée ou énergie de veille.*

En général, la puissance raccordée des appareils en mode d'attente est assez faible, mais leur grand nombre et surtout leur temps d'utilisation élevé engendrent une consommation d'énergie qui peut prendre des proportions non négligeables.

Voici quelques exemples :

- Téléviseur : 8 à 20 W.
- Magnétoscope : 5 à 19 W.
- Décodeur Canal + : 9 à 16 W.
- Lecteur de CD : 0 à 21 W.
- Lampe halogène : 0 à 10 W.
- Four micro-ondes : 2 à 9 W.
- Machine à café : 2 à 4 W.

Conseil régional d'Aquitaine  
14, rue François de Sourdis  
33077 Bordeaux  
Service technologies  
de l'environnement  
Tel. 05 57 84 04 00  
[www.aquitaine.fr](http://www.aquitaine.fr)

Délégation régionale de  
l'ADEME  
6, quai de Paludate  
33080 Bordeaux Cedex  
Tel. 05 56 33 80 00  
[www.ademe.fr/aquitaine](http://www.ademe.fr/aquitaine)

# LES DECHETS

*Chaque Français produit en moyenne 400 à 500 kg de déchets ménagers par an, dont 20 à 30% sont recyclés. Le reste est incinéré ou mis en décharge.*



## ZOOM SUR ...

# ... LE RECYCLAGE

*Le tri sélectif permet de mieux valoriser les déchets. Mais comment sont-ils valorisés?*

- **Le plastique**

En France, 5 bouteilles sur 10 sont triées par les habitants. C'est peu comparé à la Belgique (7 bouteilles sur 10) ou la Suisse (8 bouteilles sur 10). Les bouteilles sont triées selon le type de plastique (transparent, de couleur ou opaque), conditionnées en balles, broyées et mélangées à la matière plastique vierge. En fonction du type de plastique, les bouteilles ou flacons deviennent de nouvelles bouteilles ou des stylos, des fibres pour rembourrer les couettes, des vêtements en fibre polaire ou des produits pour le BTP, tuyaux, arrosoirs... Actuellement, les centres de tri ne savent pas encore isoler les différents plastiques, et notamment les plastiques fins (films d'emballages, barquettes...). Ils ne sont donc pas recyclables.

- **Le verre**

En France, le verre est recyclé depuis 1974. Le taux de recyclage atteint aujourd'hui 61% (soit 6 bouteilles sur 10). Seul le verre d'emballage peut être recyclé. Les autres produits contenant du verre (ampoules, écrans, verre culinaire...) ont une composition différente. Leur recyclage est impossible. Il en est de même pour la porcelaine ou la céramique qui ne fondent pas dans les fours et stoppent ainsi la chaîne de recyclage. Après plusieurs tris (mécaniques et optiques), pour enlever les métaux et extraire d'autres éléments (papier par exemple), le verre est broyé et transformé en calcin pour refaire des emballages en verre. Le verre est recyclable à l'infini sans perte de matière, ni de qualité.

- **L'aluminium**

Les emballages ménagers en aluminium (canettes, boîtes de conserves, barquettes...) représentent en France 50 000 tonnes par an. L'aluminium se recycle indéfiniment et le taux de recyclage atteint 70 à 80%. Dans les usines de recyclage, l'aluminium est broyé puis fondu. Il est réutilisé pour l'équipement automobile, la fabrication d'alliages pour pièces moulées...

- **Les briques alimentaires**

5 milliards de briques alimentaires sont achetées par an. Leur valorisation permet de préserver plus de 300 000 arbres! Les briques alimentaires sont constituées de carton, mais aussi de plastique et d'aluminium. Il faut séparer les trois matières afin de les recycler. Les fibres ainsi récupérées permettront de fabriquer du papier toilette, du papier essuie-tout, des enveloppes... L'aluminium donnera du papier d'aluminium et le plastique (polyéthylène), des pots de fleurs, des bacs...

*Le recyclage permet véritablement de réduire la quantité de déchets accumulés et de préserver les ressources naturelles (le pétrole pour le plastique, le bois pour le papier). Ce sont des gestes qu'il nous faut automatiquement acquérir quels que soient le lieu et le temps dépensé... Et n'oubliez-pas, un produit mal trié fragilise les filières de traitement et peut souiller d'autres déchets recyclables (parfois même tout le container). Dans le doute, il reste la poubelle d'ordures ménagères.*

## ECOGESTES

Faites le point des déchets produits.

Proposez le tri sélectif et faites respecter les consignes de tri.

Mettez à disposition des clients des cartons pour récupérer les déchets dangereux.

Pensez aux associations pour récupérer certains de vos déchets.

Proposez des équipements de tri individuels.

Rendez le tri amusant.

Proposez un espace compost.

Broyez et compostez les déchets d'entretien des espaces verts.

Récupérez pour trier les brochures et journaux touristiques périmés mis à disposition des clients.

Mettez à disposition des clients un classeur qui contient les brochures touristiques.

Utilisez des sacs poubelle biodégradables.

Préférez le verre au plastique (bouteilles).

## LE TYPE DE GESTE

**BASIQUE**

**BASIQUE**

**LE PLUS ÉCOLO**

**ABORDABLE**

**ABORDABLE**

**BONNES IDÉES**

**LE PLUS ÉCOLO**

**LE PLUS ÉCOLO**

**BASIQUE**

**BONNES IDÉES**

**LE PLUS ÉCOLO**

**ABORDABLE**

## COMMENT FAIRE

Quels sont les déchets produits? En quelles quantités? Le tri est-il fait de façon optimale? Les installations sont-elles bien adaptées?

La bonne gestion des déchets a un impact environnemental mais aussi pédagogique. Il est donc important de sensibiliser les clients pour modifier leurs comportements.

Piles usagées, ampoules basse consommation, déchets électroniques... sont très polluants et doivent être amenés à la déchetterie. Certaines enseignes proposent de les récupérer.

Certains acteurs de l'économie sociale et solidaire collectent les appareils électroménagers, les téléphones portables, les cartouches d'encre...

Mettez à disposition des équipements spécifiques : poubelles à plusieurs casiers, sacs, caisses...

Installez de grands filets sous des panneaux de basket pour collecter les bouteilles en plastique à recycler.

Installez un bac composteur. N'oubliez pas de fournir un récipient fermé pour stocker les déchets organiques.

Les produits issus du broyage peuvent être compostés et après maturation utilisés comme engrais.

C'est simple et facile à mettre en œuvre.

Cela permet d'avoir toutes les informations touristiques sans les multiplier.

Fabriqués à partir d'amidon, ces sacs se dégradent plus rapidement et ne contiennent pas de produits toxiques.

Le verre est recyclable à 100% et à l'infini. Le plastique recyclé ne peut être réutilisé pour un usage alimentaire.

## LE PETIT PLUS...

Un tableau "Inventaire des déchets produits" vous est proposé à la fin du guide. Il vous permettra de faire un diagnostic de la situation et d'envisager des améliorations si nécessaire.

Le tri sélectif a de nombreux intérêts écologiques : préservation des ressources naturelles, économies d'énergie, réduction de la pollution dégagée par l'incinération (moins de déchets à brûler).

Attention également aux produits de traitement de l'eau des piscines et phytosanitaires : ne pas jeter les emballages (surtout avec du produit) dans la poubelle classique et ne pas rincer dans un évier. Les amener à la déchetterie.

A vous de trouver une association correspondant le plus à vos affinités : [envie.org](http://envie.org), [recyclagesolidaire.org](http://recyclagesolidaire.org), [emmaus-france.org](http://emmaus-france.org), [atf.fr](http://atf.fr)...

Des solutions pratiques sont en cours de réflexion dans le cadre de la démarche "Ecotourisme en Seignanx".

Voir "Le plus écolo" pour plus de détails sur le compostage.

Utilisez également les branches broyées pour pailler vos plantations.

Pensez au classeur en carton 100% recyclé ([www.ecoburo.fr](http://www.ecoburo.fr)).

Vous trouverez des sacs biodégradables et compostables sur le site [www.jetsac.com](http://www.jetsac.com)

Pour plus de détails sur le recyclage, se reporter à la partie Déchets.

E  
C  
O  
L  
O  
G  
I  
C  
I  
T  
É  
S



Ba  
SIQUE

éCOLO

AB  
OR  
DABLE

Ba  
SIQUE

## ECOGESTES

Réduisez ou éliminez les conditionnements individuels. Evitez les produits à usage unique.

Essayez de trouver une seconde vie à vos objets qui ne vous sont plus utiles en l'état.

Pensez à coller l'autocollant "Stop à la Pub".

Conservez les médicaments oubliés par les vacanciers et rapportez-les à la pharmacie.

Pensez à compacter vos déchets dans la poubelle.

Ne brûlez aucun déchet à l'air libre.

Faites le bon choix pour le pressing.



## LE TYPE DE GESTE

**ABORDABLE**

**BONNES IDÉES**

**BASIQUE**

**LE PLUS ÉCOLO**

**BASIQUE**

**BASIQUE**

**LE PLUS ÉCOLO**

## COMMENT FAIRE

Utilisez des sucriers à bec verseur. Mettez le lait en pot, les céréales en vrac, la confiture en ravier... et bannissez les lingettes, les couverts jetables...

Bidons remplis de sable servant de cendriers extérieurs, ancienne piscine reconverte en cuve de récupération des eaux de pluie...

Nos boîtes aux lettres reçoivent chaque année 40 kg de publicité.

Jetés dans les poubelles ou dans les WC, ils peuvent se retrouver dans la nature et perturber considérablement l'écosystème.

Les déchets vont occuper un volume plus faible et demanderont sur une année moins de sacs poubelle et de transport.

Le brûlage des déchets (plastique, polystyrène, pneu, etc.) dégage une grande quantité de polluants.

Choisissez des pressings labellisés "pressing propre" qui gèrent convenablement les déchets toxiques.



## LE PETIT PLUS...

Les lingettes de nettoyage génèrent 3 à 6 fois plus de déchets que les produits traditionnels et au final coûtent 15 fois plus cher!

A vous d'inventer la suite...

Vous pouvez commander l'autocollant sur le site du Conseil général des Landes : [www.preventiondechets40.net](http://www.preventiondechets40.net)

Pour mémoire, le brûlage à l'air libre des ordures ménagères et de tout autre déchet est interdit (Règlement sanitaire départemental).

Prévoyez également des caisses ou paniers réutilisables (suppression de l'emballage en film plastique).



Ba  
SIQUE

COLO

AB  
OR  
DABLE

Ba  
SIQUE

ES  
CO  
G  
E  
S  
T  
E  
S



## Le plus écolo... faire son compost

Les déchets compostables représentent 30 à 40% des ordures ménagères. C'est donc une part importante de nos déchets qui peut être valorisée tout en permettant d'alléger le poids de nos poubelles.

### Quelques conseils ...

... pour passer à l'acte et produire un compost de bonne qualité, réutilisable pour le jardin et dans les massifs floraux.

### Il existe deux techniques de compostage : en tas ou en bac

- Les déchets rassemblés en tas se décomposent plus lentement sans compter les désagréments visuels et olfactifs. Mais cette technique a l'avantage d'être rapide dans la mise en œuvre.
- En bac, le compost est à l'abri, la décomposition plus rapide. Vous pouvez demander un composteur auprès du SITCOM ou le fabriquer (quelques piquets et du grillage suffisent).

### Pour faire simple

#### ● 3 gestes essentiels à retenir

Mélangez les apports : déchets carbonés (branchages, feuilles mortes...) et déchets azotés (épluchures...).

Vérifiez l'humidité : un peu d'eau est nécessaire, mais pas trop!

Aérez suffisamment à l'aide d'une fourche par exemple.

#### ● Et quelques automatismes à avoir

On peut mettre : les épluchures et fanes de légumes, les coquilles d'œufs (écrasées), les feuilles mortes et branchages (broyés ou bien cassés), le papier, carton, essuie-tout, les filtres à café et sachets de thé...

On évite : les agrumes (souvent traités avec des pesticides et acides), les résidus de conifères (thuyas), les restes de viande (et os) et de poissons (arêtes), les coquilles de fruits de mer qui se décomposent difficilement...

Le compost est prêt lorsqu'il ressemble à de la terre.

## ✿ ça va mieux en le digant !

Même après avoir été jetés, nos déchets vivent encore!

- 3 mois pour des mouchoirs en papier.
- 6 mois pour des pelures de fruits.
- 12 mois pour du papier journal.
- 2 ans pour des mégots avec filtre.
- 5 ans pour des chewing-gums.
- 5 ans pour des papiers de bonbons.
- 10 ans pour des canettes.
- 100 ans pour des petits déchets en plastique.
- 500 ans pour des bouteilles en plastique.

Des petits gestes anodins lourds de conséquences...

## Ouvrages et Sites Internet consultés

### Livres

- Carré P., 2009. Ces gestes écologiques qui font faire des économies. Editions Yves Michel.
- Sciama Y., 2005. Petit atlas des espèces menacées, Editions Petite encyclopédie Larousse.
- Chauveau L., 2005. Petit atlas des risques écologiques, Editions Petite encyclopédie Larousse.
- Albouy V., 2005. Le Jardin naturel. Editions Delachaux et Niestlé.
- Vu B., 2006. Récupérer les eaux de pluie. Editions Eyrolles.
- François-Tourisme-Consultant et al., 2009. Magestour. Editions CRCI PACA.
- Raffa, 2006. Le grand ménage. Recettes écologiques et économiques pour l'entretien de la maison.
- Salomon T. et Bedel S., 2006. La maison [néga]watts, Editions Terre vivante.
- Aubert C. et al., 2000. Jardiner bio c'est facile. Editions Terre vivante.

### Documents

#### Fiches pratiques

- De l'eau de pluie pour les WC et le lave-linge - Terre vivante.
- Moins de chimie pour entretenir sa piscine - Terre vivante.
- Récupérer l'eau de pluie - Terre vivante.
- Installer un chauffe-eau solaire - Terre vivante.
- Nichoirs et abris à insectes - Refuge LPO.
- Murs et murets - Refuge LPO.
- Mangeoires - Refuge LPO.
- L'eau et les oiseaux - Refuge LPO.
- Economies d'eau - Cévennes Ecotourisme.
- Récupération d'eau de pluie - Cévennes Ecotourisme.
- Produits d'entretien - Cévennes Ecotourisme.
- Economies d'énergie - Cévennes Ecotourisme.
- S'éclairer sans gaspiller - Réseau éco consommation.
- L'eau de Javel - Réseau éco consommation.

### Guides

- Mon hôtel et l'environnement. Conseil Régional d'Aquitaine, Délégation Aquitaine de l'ADEME et UMIHRA.
- Eco Guide PACA. 2004. François-Tourisme-Consultant.
- Manuel de gestion environnementale Auvergne. 2007. François-Tourisme-Consultant.
- Ecotourisme et bonnes pratiques. Office de tourisme de Soule & Communauté de Communes Soule-Xiberoa.
- Charte du développement durable - Touristra - Vacances
- L'eau chaude solaire collective. ADEME
- Acheter et Consommer mieux. ADEME
- Les lampes basse consommation. ADEME
- Le développement durable. ADEME
- Guide du compostage. Conseil Général des Landes.
- Les emballages utiles et inutiles. Agir pour l'environnement.
- Le petit livre vert pour la terre. Fondation N. Hulot.

Article Que Choisir mai 2009. Lampes basse consommation. La chasse anti-gaspi est ouverte.

### Sites Internet

#### Développement durable et gestes écocitoyens

- [www.ademe.fr](http://www.ademe.fr)
- [www.ferrevivante.org](http://www.ferrevivante.org)
- [www.econo-ecolo.org](http://www.econo-ecolo.org)
- [www.raffa.over-blog.com](http://www.raffa.over-blog.com)
- [www.revuebio.fr](http://www.revuebio.fr)
- [www.consoglobe.com](http://www.consoglobe.com)
- [www.notre-planete.info](http://www.notre-planete.info)

#### Labels

- [www.ecocert.fr](http://www.ecocert.fr)
- [www.ecolabels.fr](http://www.ecolabels.fr)
- [www.fsc-france.fr](http://www.fsc-france.fr)
- Déchets**
- [www.somergie.fr](http://www.somergie.fr)
- [www.valorplast.com](http://www.valorplast.com)
- [www.france-alu-recyclage.com](http://www.france-alu-recyclage.com)

[www.verre-avenir.fr](http://www.verre-avenir.fr)

#### Energie

- [www.outilssolaires.com](http://www.outilssolaires.com)
- [www.energy21.com](http://www.energy21.com)
- [www.enr.fr](http://www.enr.fr)
- [www.crilrem.org](http://www.crilrem.org)

#### Eau

- [www.ecoperf.fr](http://www.ecoperf.fr)
- [www.ecoVegetal.fr](http://www.ecoVegetal.fr)
- Achats responsables**
- [www.webecologie.com](http://www.webecologie.com)
- [www.ecoburo.fr](http://www.ecoburo.fr)
- [www.unbureausurlaterra.com](http://www.unbureausurlaterra.com)

#### Biodiversité

- [www.kokopelli.asso.fr](http://www.kokopelli.asso.fr)
- [www.lpo.fr](http://www.lpo.fr)
- [www.wwf.fr](http://www.wwf.fr)
- [www.conservation-nature.fr](http://www.conservation-nature.fr)



## OFFICE DE TOURISME PAYS DE SEIGNANX

- Tarnos • Ondres • St Martin de Seignanx •
- St Laurent de Gosse • St Barthélemy •
- St André de Seignanx • Biaudos •
- Biarrotte •

RD 810 BP34 40440 Ondres  
Tél. +33 (0)5 59 45 19 19  
contact@seignanx-tourisme.com  
www.seignanx-tourisme.com

## CPIE SEIGNANX ADOUR

•  
Arremont  
40390 St Martin de Seignanx

•  
Tél. +33 (0)5 59 56 16 20  
Fax. +33 (0)5 59 56 51 02  
contact@cpie-seignanx.com  
cpieseignanxadour@orange.fr  
www.cpie-seignanx.com