

Guide des gestes écocitoyens au quotidien





S O M M A I R E

Le mot du Président	3
Un guide sur l'écocitoyenneté, pourquoi ? Comment ?	4
L'énergie chez soi	6
Déplacements et qualité de l'air	8
Qualité de l'air intérieur	10
Dans la rue ...	12
L'eau ne coule pas de source	14
Le bruit, les bruits	16
Du bon usage des produits chimiques	18
Dans la nature ...	20
Les déchets de la maison	22
Quel écocitoyen êtes-vous ?	23

Madame, Mademoiselle, Monsieur,

La Communauté urbaine mène depuis plus de dix ans une politique d'environnement engagée après la conférence de Rio de 1992 sur le développement durable, au travers de la charte de l'environnement signée en 1993.

Grâce aux efforts de tous et aux nombreux investissements réalisés, notre agglomération bénéficie aujourd'hui d'un environnement de qualité.

La collecte sélective des déchets est assurée. L'eau potable est d'une excellente qualité et sa production sera prochainement totalement sécurisée grâce à la nouvelle usine. L'assainissement s'est considérablement amélioré, notamment avec le levier économique que constituent les aides aux habitants pour la mise en conformité, ce service disposant par ailleurs d'une certification dans le management environnemental (ISO 14001). Les transports urbains maintiennent un tarif attractif et l'offre de déplacements alternatifs et récréatifs existe au travers des pistes cyclables en site propre et du réseau de sentiers piétons.

L'éducation et l'information en matière d'environnement ont été particulièrement développées tant par le soutien aux projets d'écoles que par les animations pédagogiques, la création de structures d'éducation à l'environnement comme la maison du littoral ou la production de documents tel celui qui vous est remis.

La création d'emplois, directs ou indirects, en matière d'environnement, a été particulièrement importante (trieurs de déchets recyclables, ambassadeurs de tri, contrôleur de l'environnement,...).

Le développement économique qui découle de cette politique environnementale associé aux mutations qu'elle a entraînées dans la gestion de la structure (renforcement de la transparence par la publication de rapports sur l'eau, les déchets... ; introduction de la qualité environnementale dans le domaine de la construction...) constituent autant de points favorables au développement durable.

Toutefois, tous ces efforts, investissements et mutations ne peuvent profiter à notre agglomération que si, vous, au quotidien, vous vous impliquez pour répondre et nous aider dans notre combat en faveur de l'environnement.

C'est pourquoi, nous comptons sur vous pour étudier ce document qui aborde des champs plus importants que les simples compétences communautaires, mais d'importance vitale pour notre planète.

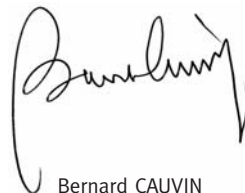
Nous avons engagé notre éco-responsabilité, assumez votre écocitoyenneté.

Pour le Président
Le Vice-Président Délégué,



Christian LEONARD

Le Président,



Bernard CAUVIN



UN GUIDE SUR L'ÉCOCITOYENNETÉ, POURQUOI ? COMMENT ?

Chaque jour, du réveil au coucher, nous effectuons une quantité de gestes devenus si familiers - ouvrir un robinet, allumer la lumière, jeter ses déchets... - que le plus souvent, nous ne nous préoccupons pas des conséquences de ces actes sur notre santé et celle de nos proches, sur l'environnement... et sur notre porte-monnaie !

Arrêtons nous un instant pour parcourir ce petit guide. La rubrique « **Le saviez-vous ?** » vous étonnera peut-être ! De même vous (re)découvrirez « **Quelques gestes simples souvent négligés !** » qui vous guideront sur le chemin de l'écocitoyenneté.

**Ce guide est le vôtre, alors
n'hésitez pas à le parcourir
dans tous les sens.**

**A en parler en
famille et entre amis.**

A croiser les thèmes.

**L'écocitoyenneté est l'affaire de tous.
Bon courage et bonne lecture.**

Bienvenue à la famille "ÉCOMALIN" sur le chemin de l'écocitoyenneté



Le p'tit dernier

Le père

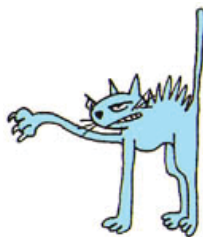
La mère

Le fils

La fille

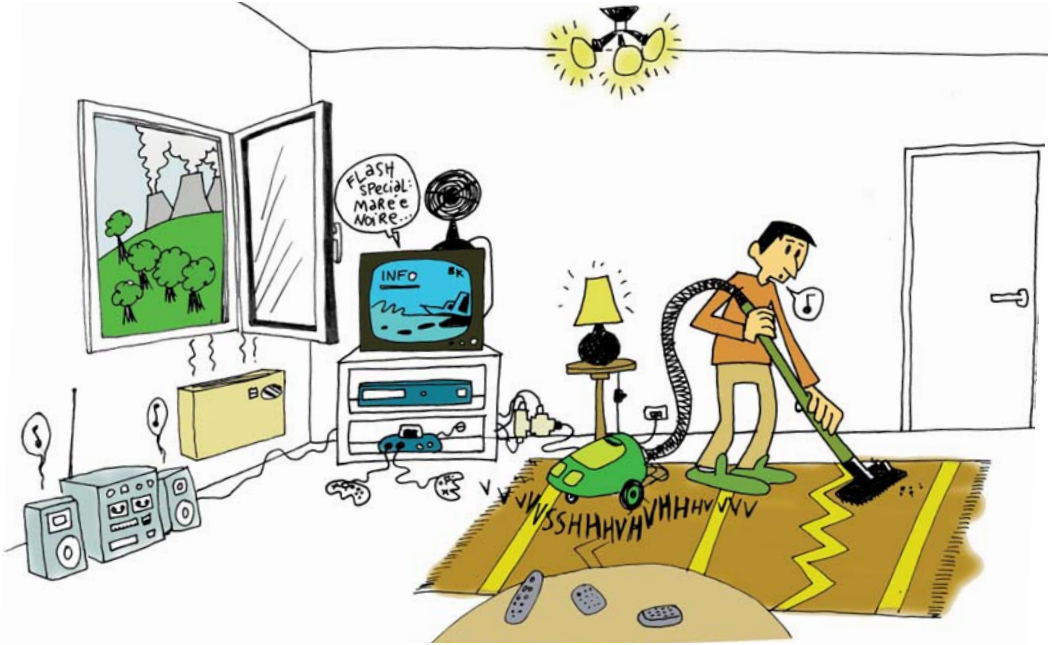


Le chien



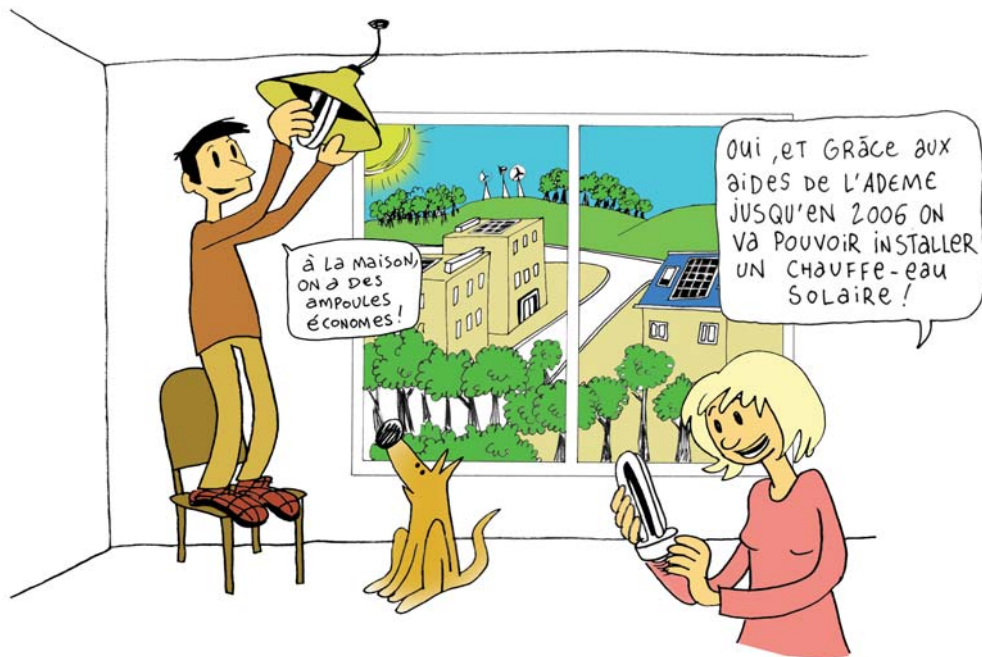
Le chat

L'ÉNERGIE CHEZ SOI



Le saviez-vous ?

- Les plus gros consommateurs en électricité sont les appareils à résistance (qui produisent de la chaleur) et les producteurs de froid (réfrigérateur, congélateur).
- Le poste froid représente à lui seul un tiers de la consommation électrique globale d'un ménage. Or un réfrigérateur ou un congélateur de classe énergétique A peut consommer jusqu'à 3 fois moins d'énergie !
- L'énergie consommée par un téléviseur ou un magnétoscope laissé en veille peut représenter jusqu'à 70 % de la consommation totale en électricité de l'appareil concerné.
- Une ampoule basse consommation de 15W éclaire autant qu'une ampoule classique à incandescence de 75W ; elle est certes plus chère à l'achat mais dure 8 fois plus longtemps et consomme 5 fois moins d'électricité.
- 3 mm de givre au niveau d'un réfrigérateur ou d'un congélateur entraîne jusqu'à 30 % de consommation en plus.
- Un degré supplémentaire dans une pièce, au-delà de 19°C, représente 7 % de consommation énergétique en plus. Un degré en moins, c'est en moyenne 610 euros d'économie par an.
- 30 % des dépenses de chauffage sont économisées grâce à une bonne isolation !
- Contrairement aux idées reçues, 50 % des consommations d'énergie et des émissions de CO₂, en France, sont le fait des ménages.



Quelques gestes simples souvent négligés !

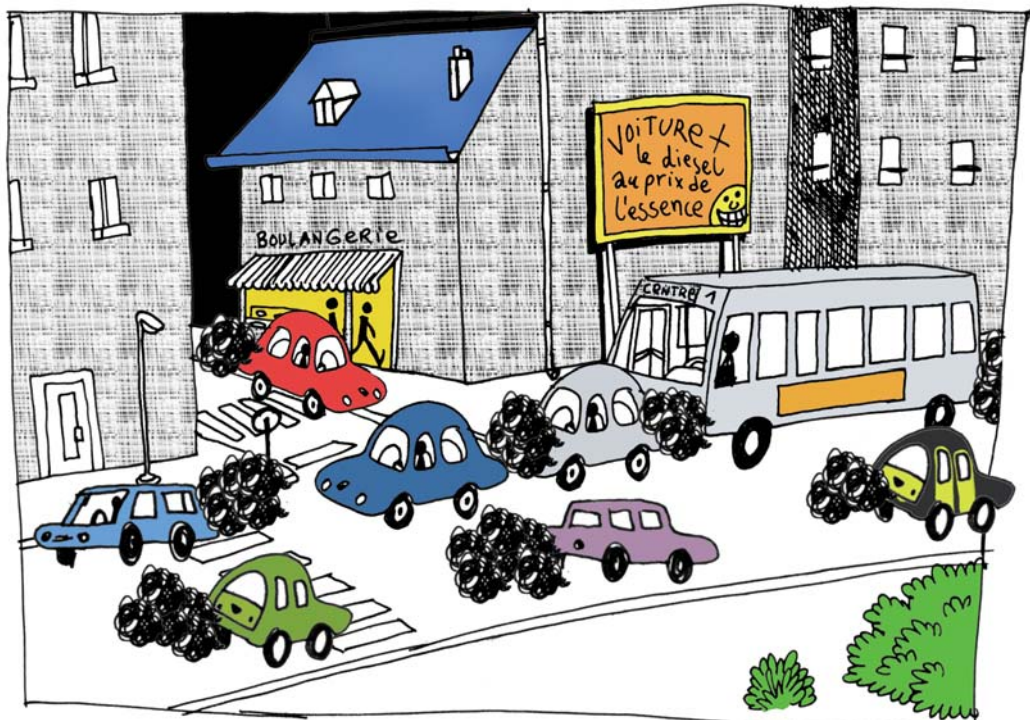
Concernant les appareils ménagers :

- S'arranger pour que le lave-vaisselle, le lave-linge et le sèche-linge fonctionnent à pleine charge.
- Pour réduire sa facture électrique, penser aux heures creuses pour leur mise en route (sauf si vous avez des voisins mitoyens, qui pourraient être gênés par le bruit).
- Penser à nettoyer les filtres de tous les appareils domestiques.
- Si possible éviter de mettre côte à côte une source de chaleur et des appareils producteurs de froid (gazinière et réfrigérateur par exemple !).
- Au moment d'acheter vos appareils ménagers, tenir compte également de leur niveau de consommation électrique (regarder l'étiquetage et privilégier si possible ceux de classe A).

Et pour le reste...

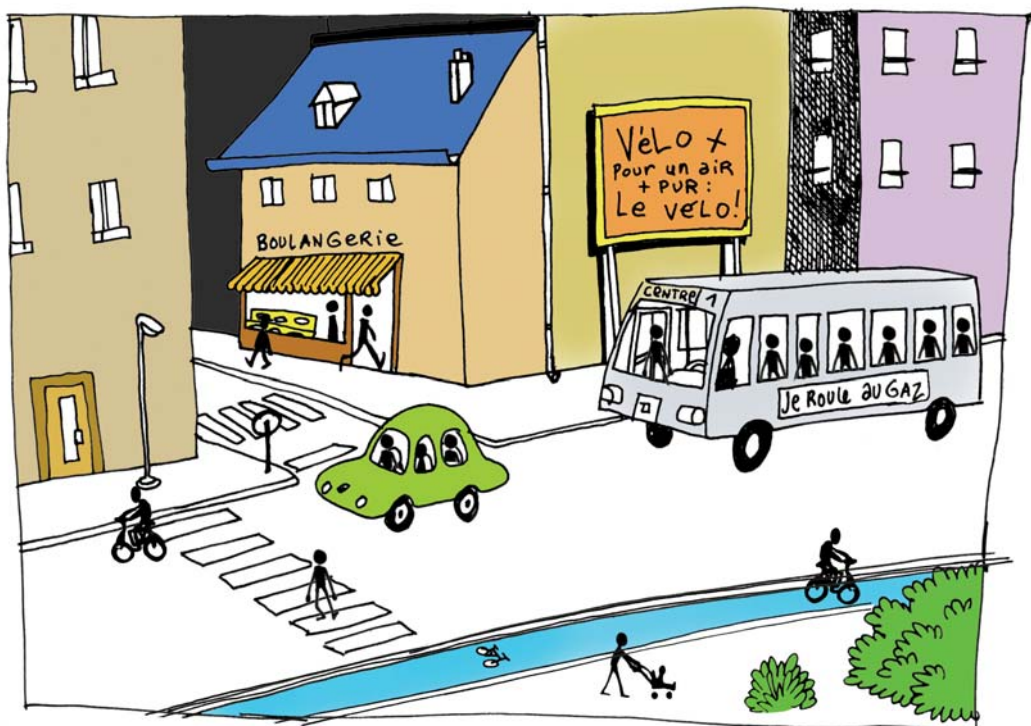
- Limiter le plus possible le nombre d'appareils en veille.
- Utiliser des ampoules basse énergie.
- Adapter la température de chaque pièce à son activité (par exemple 19°C pour les pièces de vie ; par contre 15-16 °C pour dormir, c'est suffisant).
- Préférer des installations utilisant des énergies renouvelables (exemple : chauffe-eau solaire) et choisir les matériaux les plus isolants et respirants pour les constructions ou les rénovations individuelles.

DÉPLACEMENTS ET QUALITÉ DE L'AIR



Le saviez-vous ?

- On estime à 600 millions le nombre de véhicules sur les routes de notre planète. Ils sont les premiers responsables de la pollution de l'air.
- En dix ans le trafic des véhicules particuliers a augmenté de 23 %.
- La voiture est le mode de transport le plus utilisé par les Français : 78 % d'entre eux utilisent leur voiture chaque jour, sachant par ailleurs que 4 trajets sur 10 sont inférieurs à 2 km. Or c'est justement au cours des deux premiers kilomètres que le véhicule pollue et consomme le plus car le moteur et les organes de déplacement sont froids !
- Si nous laissons notre voiture au garage pour tous les trajets de moins de 2 km, ce serait 7000 tonnes de CO₂ rejetés en moins dans l'air, chaque semaine !
- Une voiture bien réglée, c'est 20 % de pollution en moins et 10 % de carburant économisé !
- Un seul autobus transporte autant de personnes que 16 voitures.
- Chaque année une voiture rejette 3 fois son poids en polluants. D'un autre côté, nous respirons environ 15 000 litres d'air par jour.
- Les accélérations et décélérations intempestives maltraitent le véhicule et induisent une surconsommation de carburant pouvant aller jusqu'à 50 % !



Quelques gestes simples souvent négligés !

- Sur des petites distances, rouler à vélo ou marcher à pied, c'est souvent plus rapide, pratique, écologique, économique et vivifiant.
- Pour les distances plus longues, privilégier les transports en commun ou le covoiturage, c'est simple, moins polluant, moins coûteux et à l'origine de moins d'accidents.
- Si la voiture est indispensable, adopter une conduite souple et modérée, c'est bon pour le porte-monnaie et cela limite les émissions polluantes.
- Faire entretenir son véhicule régulièrement.
- Ne pas laisser tourner le moteur de son véhicule à l'arrêt si cela n'est pas nécessaire.

LA QUALITÉ DE L'AIR INTÉRIEUR



Le saviez-vous ?

- Chaque jour, environ 15 000 litres d'air transitent par nos voies respiratoires. L'air est indispensable à la vie.
- La pollution atmosphérique urbaine est également présente à l'intérieur des bâtiments et s'ajoute aux polluants émis de l'intérieur.
Au regard de certains composés, l'air intérieur peut être bien plus pollué que l'air extérieur.
- On estime à près d'un milliard le nombre de personnes, surtout des femmes et des enfants, régulièrement exposées à des niveaux excessifs de pollution de l'air à l'intérieur des habitations ; des niveaux qui peuvent être jusqu'à cent fois plus importants que les seuils recommandés par l'Organisation Mondiale de la Santé.
- Les fumées de tabac, les résidus de combustion des appareils de chauffage, les vapeurs de cuisson, l'évaporation des solvants, la mauvaise ventilation ou aération : voici quelques sources à l'origine de la pollution de l'air intérieur.
- Chaque année, le défaut d'entretien des appareils de chauffage provoque en moyenne 6 000 intoxications au monoxyde de carbone, dont 300 conduisent au décès.
- Saviez-vous qu'en France environ 3 500 personnes meurent par an des conséquences du tabagisme passif et environ 70 000 du tabagisme actif ?



Quelques gestes simples souvent négligés !

- Penser à bien aérer l'habitation ; chaque jour, renouveler l'air en ouvrant en grand les fenêtres, 5 minutes suffisent.
- Réduire sa consommation de cigarettes ou mieux arrêter mais de toute façon ne pas fumer à l'intérieur et en présence d'enfants.
- Veiller à l'entretien de la chaudière et des organes d'évacuation (conduit, cheminée, entrée d'air...) et surtout ne jamais boucher les aérations.
- Attention à l'utilisation des chauffages d'appoint : ce sont des sources potentielles de pollution au monoxyde de carbone ; aussi pour prévenir tout risque d'intoxication, toujours se conformer à la notice d'utilisation.
- Penser aussi à l'entretien de l'habitat (toiture, murs, sous-sol...).
- Lors de l'utilisation de solvants (colle, vernis, essence...) ou tout autre produit chimique volatil, se conformer aux prescriptions de la notice d'utilisation et surtout aérer la pièce !
- Aspirateurs, hottes aspirantes, VMC, tous ces appareils véhiculant de l'air peuvent être de gros facteurs de pollutions s'ils sont mal entretenus, surtout au niveau des filtres.

LE COMPORTEMENT DANS LA RUE...



Le saviez-vous ?

- Un chewing-gum jeté dans la rue a besoin de 5 ans pour se dégrader.
- Quelques milliers de non-fumeurs meurent prématurément chaque année de maladies provoquées par le tabagisme passif.
- Les lieux publics (espaces de jeu, rues,...) appartiennent à chacun d'entre nous.
- Le respect de notre lieu de vie fait partie des devoirs du citoyen.
- C'est l'argent des impôts qu'on utilise pour nettoyer notre ville. En respectant notre ville, cet argent pourrait être utilisé à d'autres fins.



Quelques gestes simples souvent négligés !

- Ramasser les déjections de son chien.
- Déposer les déchets dans les poubelles publiques, les bouteilles de verre dans les conteneurs.
- Respecter les lieux où il est interdit de fumer.
- Respecter les édifices publics, les monuments historiques et les murs des habitations.
- Ne pas jeter par la fenêtre les mégots de cigarettes ou autres déchets (emballages, etc.).
- Ne pas vider son cendrier de voiture sur le sol.

L'EAU NE COULE PAS DE SOURCE



Le saviez-vous ?

- Malgré son abondance apparente, l'eau douce est un produit rare. En effet, seulement 0,3 % du volume total de l'eau planétaire est disponible pour les êtres humains.
- Les fuites représente environ 20 % de la consommation totale d'eau domestique.
- Un robinet qui goutte, c'est 35 m³ d'eau gaspillés par an.
- Un mince filet d'eau permanent émis par une chasse d'eau, c'est environ 130 m³ d'eau de gaspillés par an.
- Se brosser les dents en laissant le robinet ouvert, c'est gaspiller 30 litres d'eau par jour.
- Prendre un bain, c'est consommer deux à trois fois plus d'eau qu'en prenant une douche.
- La consommation des lave-linge et des lave-vaisselle varie du simple au double selon la marque, le volume...
- Une surpression (débit supérieur à 16 litres/mn) peut engendrer une détérioration des appareils électroménagers, des fuites à la chasse d'eau, aux raccords, au robinet, au cumulus..., des éclaboussures, du bruit, des vibrations, des difficultés de réglage des robinets mélangeurs.
- En binant la terre de votre jardin, vous luttez contre la multiplication des mauvaises herbes et en même temps vous limitez l'évaporation de l'eau (un binage = deux arrosages).
- Le raccordement des eaux pluviales au réseau d'eaux usées perturbe, en période pluvieuse, le bon fonctionnement de la station d'épuration.



Quelques gestes simples souvent négligés !

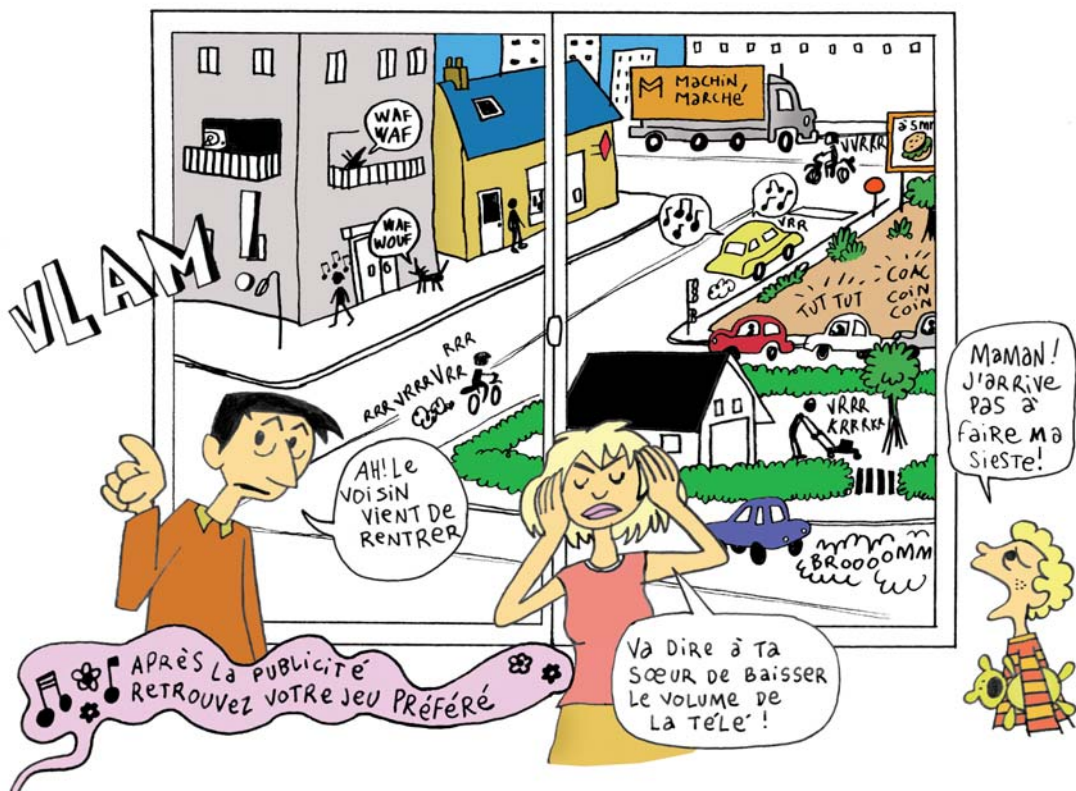
A la maison

- Surveiller sa consommation en contrôlant son compteur et son réseau intérieur.
- Entretien sa robinetterie, changer les joints, acheter du matériel robuste NF.
- Ne pas raccorder les eaux de gouttières au réseau d'eaux usées.
- Ne pas laisser couler l'eau en permanence, au cours du rasage et du brossage des dents...
- Au niveau des WC : régler le flotteur ou pour une installation neuve, choisir une double chasse...
- A l'achat, opter pour des machines à laver économes (classe A).
- Faire tourner les machines à laver à pleine charge.
- Privilégier les douches aux bains.
- Installer un limiteur de pression sur son réseau si cela le justifie.
- Adopter des installations économiques : mitigeurs thermostatiques...

Au jardin

- Récupérer et utiliser l'eau de pluie pour arroser son jardin.
- Pailler ses planches, permettra aux sols de rester humides plus longtemps.
- L'été, arroser tard le soir, l'évaporation sera ainsi réduite.
- En période de grande sécheresse, attendre sagement le retour des pluies pour voir la pelouse reverdir.
- Choisir des espèces et variétés parfaitement adaptées aux conditions climatiques de sa région.
- Planter des haies brise-vent.

LE BRUIT, LES BRUITS



Le saviez-vous ?

- L'article R.48.2 du Code de la Santé Publique prévoit que « tout bruit de voisinage lié au comportement d'une personne ou d'une chose dont elle a la garde ou d'un animal placé sous sa responsabilité pourra être constaté et sanctionné, sans qu'il y ait besoin de procéder à des mesures acoustiques, dès lors que le bruit engendré est de nature à porter atteinte à la tranquillité du voisinage ».

Le saviez-vous ? (suite)

- Le bruit est le principal facteur de stress des Français et pourtant nous avons les moyens de mettre les décibels en sourdine.
- Le trafic routier est la cause principale des nuisances sonores des citadins.
- L'utilisation du klaxon en ville est interdite sauf en cas de danger immédiat.
- Le seuil à partir duquel un bruit est considéré comme gênant, fatiguant, est de 60 décibels (dB), or pour exemple, une tondeuse, une perceuse, un klaxon ou un baladeur avec le volume au maximum, émettent de 90 à 100 décibels !
- Une exposition même courte à des bruits très intenses provoque une fatigue auditive, qui se remarque par une diminution de l'acuité sonore souvent accompagnée de bourdonnements (acouphènes). Il faut pallier à ce stress en reposant l'oreille. A titre d'exemple, 3 à 4 heures d'exposition sonore à plus de 100 décibels nécessitent, pour une oreille jeune, 30 heures de récupération !

Quelques gestes simples souvent négligés !

Chez soi :

- Même chez soi, penser aux autres pour l'utilisation d'appareils ménagers, pour la pratique de la musique et autres activités bruyantes (bricolage,...).
- Eloigner si possible les appareils sonores (hi-fi, TV, etc...) des cloisons et murs mitoyens.
- Pour remédier aux portes qui grincent ou qui cognent, un peu d'huile et de discipline et vous voilà tranquilles.

A l'extérieur :

- Eviter de déposer votre verre dans les containers à une heure avancée de la journée.
- Utiliser le klaxon uniquement en cas de danger immédiat.
- Ne pas laisser tourner le moteur de son véhicule à l'arrêt si cela n'est pas nécessaire.
- Un véhicule trafiqué, qu'il soit à deux ou quatre roues, ou mal entretenu (pot d'échappement percé ou bricolé) génère des nuisances sonores.
- Pour pouvoir tondre et bricoler sans gêne, commencer par la concertation avec le voisinage et penser aux appareils aux normes bruit NF.

DU BON USAGE DES PRODUITS CHIMIQUES



Le saviez-vous ?

Qui sont-ils ?

- Les produits chimiques sont actuellement divers et variés (produits de droguerie, produits d'entretien des véhicules, produits pharmaceutiques...).
- La quantité de déchets chimiques « produite » par habitant est de plusieurs kilogrammes par an !

Représentent-ils un risque pour les personnes ?

- Jetés dans les ordures ménagères, ces produits constituent un risque pour les agents qui effectuent la collecte et posent un problème pour le traitement des ordures ménagères.
- Abandonnés dans un endroit non approprié, ils polluent le sol et les eaux ou dégagent des vapeurs toxiques en cas d'incendie.
- Les risques liés à de faibles expositions aux pesticides (herbicides, insecticides...) sur une longue période sont parfois mal définis. Cependant plusieurs études ont démontré une relation entre ce type d'exposition et certaines formes de cancers, des effets sur la reproduction et sur le développement, des effets sur les systèmes neurologique, immunitaire et endocrinien.

Le saviez-vous ? (suite)

Représentent-ils un risque pour l'environnement ?

- Rejetés dans les réseaux d'eaux usées, les produits chimiques perturbent le fonctionnement des stations d'épuration.
- Rejetés dans les réseaux d'eaux pluviales ou dans la nature, ces produits polluent les rivières, la mer et les sols, un litre d'huile de vidange suffit à polluer un million de litres d'eau.
- Chaque année, les jardiniers amateurs utilisent 8000 tonnes de pesticides. Certaines substances sont détectées dans les eaux que nous buvons.
- 1 gramme de produit phytosanitaire actif déversé dans un fossé suffit à provoquer une pollution sur 10 km !

Quelques gestes simples souvent négligés !

A la maison :

- Ne pas jeter les produits chimiques dans les éviers ou les toilettes ou dans le milieu naturel ou les caniveaux.
- Ne pas brûler ces produits chimiques et leurs emballages.
- Apporter les restes de déchets toxiques dans leurs emballages d'origine ou dans des contenants étiquetés aux déchèteries (aérosols, produits chimiques et phytosanitaires, batteries, hydrocarbures...).
- Apporter les piles aux magasins distributeurs et les médicaments à la pharmacie.
- Privilégier l'utilisation de produits ménagers biodégradables et si possible labellisés NF environnement.
- Ne pas avoir recours de manière systématique aux insecticides, même pour une mouche indésirable !

Au jardin :

Au sujet des « mauvaises herbes » des allées ou du jardin :

- Privilégier le paillage, le sarclage et le binage.
- Couvrir le sol (plantes couvre sol, plantations imbriquées...).
- Apprendre à mieux tolérer certaines mauvaises herbes.

Pour lutter contre les parasites (insectes...) :

- Favoriser la lutte biologique naturelle.
- Apprendre à reconnaître les prédateurs de vos parasites et rendre son jardin accueillant pour ces auxiliaires.
- Utiliser des « pesticides » naturels (purin d'ortie, roténone, pyréthines...).
- Echanger ses pratiques avec d'autres jardiniers.
- Si l'emploi des pesticides chimiques vous semble inévitable : lisez attentivement les étiquettes ; sachez reconnaître les symboles de risque (T/Toxique = ça tue ! - Xn/nocif = ça empoisonne - Xi/Irritant - ça irrite) et respecter les conseils d'utilisation et de stockage.



Le saviez-vous ?

- Plus de la moitié du territoire de la Communauté urbaine de Cherbourg est composé de paysages ruraux où la plupart des milieux naturels de la Manche sont représentés : littoral, bocage et bois, cours d'eau et zones humides,
- Parmi les espèces animales et végétales que l'on peut rencontrer en zone rurale ou urbaine, un certain nombre d'entre elles sont protégées. En conséquence, leur prélèvement ou destruction sont strictement interdits et passibles d'une amende, voire également d'une peine de prison.
- Au niveau de certains sites naturels protégés (Réserves Naturelles, Parcs Nationaux, etc.) la présence des chiens peut être réglementée, renseignez-vous.



Quelques gestes simples souvent négligés !

- De nombreux sentiers, sites et sorties de découverte de l'environnement existent et permettent ainsi de mieux connaître et profiter des richesses naturelles qui nous entourent. N'hésitez pas à les fréquenter
- Des ouvrages, vidéos, CédéRom, peuvent aussi concourir à enrichir vos connaissances naturalistes.
- La présence d'espaces naturels contribue grandement à la qualité de notre cadre de vie, aussi est-ce primordial de les préserver.
- Pour les balades nature, il est conseillé de privilégier et rester sur les sentiers balisés, pour sa sécurité, son plaisir et pour limiter les impacts sur les milieux naturels et leurs espèces associées.
- Quelle que soit l'activité de loisir pratiquée dans la nature, s'efforcer d'avoir une attitude écocitoyenne : c'est-à-dire de ne pas abandonner ses déchets n'importe où, respecter et refermer les barrières et les clôtures derrière soi, respecter les autres usagers du milieu,

LES DÉCHETS DE LA MAISON



Le saviez-vous ?

Chaque année, grâce au tri sélectif effectué au niveau de la Communauté Urbaine de Cherbourg sont récoltées puis valorisées ou recyclées :

- 10 000 tonnes de végétaux (résidus des tontes de pelouses, taille de haies...).
- 5 000 tonnes d'emballages plastiques, cartonnés...
- 10 tonnes de déchets ménagers toxiques (produits de droguerie...).
- 1 500 tonnes de verre.

Quelques gestes simples souvent négligés !

- Ramener les médicaments périmés à la pharmacie.
- Déposer les piles usagées dans les collecteurs prévus à cet effet et présents en général dans les magasins de bricolage, les supermarchés, et tout autre magasin vendant des piles.
- Utiliser le bac ou les sacs bleus pour les déchets alimentaires (quand on ne peut pas faire de compost !), les emballages non recyclables, les couches...
- Utiliser le bac ou les sacs jaunes pour les journaux, cartonnettes et emballages recyclables (sauf le verre).
- Eviter si possible les produits sur-emballés.
- Utiliser des paniers ou des cabas pour faire ses courses.

QUEL ÉCOCITOYEN ÊTES-VOUS ?

Évaluez votre mode de vie et en fonction du total de points obtenu, voyez quel type d'écocitoyen vous êtes ?

Pour chacune des propositions suivantes, si vous le faites :

Toujours, comptez 5 points ; Parfois, 2 points ; Jamais, 0 point.

- 1/ j'utilise les deux côtés d'une feuille de papier avant de la mettre au recyclage.....
- 2/ lorsque je décide de bricoler ou de passer la tondeuse, je préviens mon voisinage.....
- 3/ lors de mes achats d'appareils ménagers, je choisis les moins consommateurs en énergie (classe A).....
- 4/ je prends des douches rapides.....
- 5/ je respecte les sentiers balisés et leurs aménagements.....
- 6/ j'effectue mes trajets de courte distance (- 2 km), à pied ou à vélo.....
- 7/ pour mes trajets plus longs (+ 2 km), je pratique le covoiturage ou j'utilise les transports en commun.....
- 8/ je ne laisse pas d'appareils domestiques en veille.....
- 9/ j'utilise des ampoules basse consommation.....
- 10/ je me débarrasse des restes de produits chimiques, solvants, huile, dans les endroits prévus à cet effet (déchèterie, collecteurs..).....
- 11/ je ramasse systématiquement les déjections de mon chien quand je le promène.....
- 12/ j'utilise des produits ménagers biodégradables.....
- 13/ je fais mes courses avec un ou plusieurs paniers ou cabas.....
- 14/ je pratique le tri sélectif de mes déchets ménagers.....
- 15/ je ne cueille pas les fleurs que je ne connais pas et qui pourraient être protégées.....
- 16/ je ne laisse pas tourner le moteur de mon véhicule à l'arrêt si cela n'est pas nécessaire.....
- 17/ je respecte le mobilier urbain.....
- 18/ quand je fais mes courses alimentaires, j'évite les produits sur-emballés.....
- 19/ quel que soit le lieu et le type d'activité pratiqué, je jette mes déchets même les plus petits (mégots, petits emballages alimentaires,...) dans les poubelles ou autres endroits prévus à cet effet.....
- 20/ je ne laisse pas couler mon robinet en permanence pendant que je me brosse les dents.....

Évaluation :

De 80 à 100 points : Vous êtes un bel exemple d'écocitoyen ! Continuez sur la même voie et aidez les autres à faire de même.

De 30 à 79 points : Vous êtes sur la bonne voie ! Alors encore un petit effort et vous verrez vite les résultats positifs.

De 0 à 29 points : Le simple fait d'avoir joué à ce questionnaire montre votre intérêt pour le sujet. En apportant quelques changements simples à votre mode de vie, vous pourriez prendre votre part de responsabilité avec vos proches.

Une question, un doute... vous pouvez contacter :

Au niveau de la Communauté urbaine de Cherbourg (CUC) :

- ▶ Pour tout renseignement sur la collecte des déchets : ambassadeurs du tri - tél. : 02 33 78 16 33
 - Pour un bac cassé endommagé ou disparu : plastic Omnium - tél. : 02 33 53 39 30
 - Pour tout renseignement sur les branchements d'eau potable et des raccordements d'eaux usées : Direction du cycle de l'eau -Tél. : 02 33 08 26 80
 - Pour tout renseignement sur l'environnement en général : mission environnement - Tél. : 02 33 08 26 50
 - Pour tout renseignement sur les transports en commun : Zéphir Bus -Tél. : 02 33 88 78 50
- ▶ La Direction Régionale de l'Environnement (DIREN) de Basse Normandie - Tél. : 02 31 46 70 00
Site web : www.environnement.gouv.fr. Mél : diren@basse-normandie.environnement.gouv.fr
- ▶ L'Agence de l'Environnement et de la Maîtrise de l'Energie (ADEME) - Tél. : 02 31 46 81 00
Site web : www.ademe.fr. Mél : ademe.basse-normandie@ademe.fr
- ▶ AIR C.O.M. - tél. : 02 31 53 10 10
Site web : www.air-com.asso.fr. Mél : aircom@wanadoo.fr
- ▶ L'Association pour la Prévention de la Pollution atmosphérique (APPA) - tél. 02 31 38 25 60
Site web : www.appa.asso.fr. Mél : appacaen@wanadoo.fr
- ▶ L'Agence de l'Eau Seine-Normandie - Direction des Bocages Normands - tél. : 02 31 46 20 20
Site web : www.eau-seine-normandie.fr. Mél : dbm@aesn.fr
- ▶ La Direction Départementale des Affaires Sanitaires et Sociales (DDASS) - tél : 02 33 06 56 35
Site web : www.environnement-sante-manche.org/

Ce guide a été réalisé par :

Textes : Jean-Luc BALAGUER ; Philippe PRIETO - **CPIE Cotentin**
Tél. : 02 33 46 37 06



Robert DUGELAY - **AVRIL**
Tél. : 02 33 19 00 35



Mise en page : Françoise LEMIERE - **CPIE Cotentin** - Imprimerie Lecaux

Illustrations : Lionel RAUCH et Frédéric BERTHIC - **BUZZKOMPANY**
Tél. : 02 97 34 44 67

