Charte de l'éco-cycliste

Nos comportements quotidiens sont responsables de 50% des émissions de gaz à effet de serre à l'origine du changement climatique de la planète. En 40 ans, le poids des déchets des ménages a doublé ! Autant de signes qui montrent qu'il est temps d'agir au niveau individuel et quotidien.

1 - Je ramène tous mes déchets, de la chambre à air usagée aux emballages alimentaires en utilisant pour cela la poche arrière de mon maillot.

2 - Je respecte le code de la route en toutes circontances et porte le casque lors de mes sorties.

3 - Je préfère les produits recyclables ou recyclés et j'évite les sur-emballages.

4 - Je nettoie mon vélo sans excès de lavage et de produits chimiques.

5 - J'entretiens mon équipement pour qu'il dure plus longtemps et répare plutôt que je ne jette (ex : rustine sur chambre à air).

6 - Lors de mes sorties à vélo (route et VTT), je respecte : les piétons, les automobilistes, les espaces naturels, les cultures, les clotûres et troupeaux.

7 - Je choisis la pratique du vélo lors des petits déplacements utilitaires et en parle autour de moi.

8 - Pour prendre le départ des épreuves cyclistes je choisis de faire du co-voiturage avec mes amis plutôt que de m'y rendre seul.

9 - Chaque jour, à la maison, au bureau, en faisant les courses comme du bricolage, j'ai le réflexe éco-citoyen : www.ademe.fr

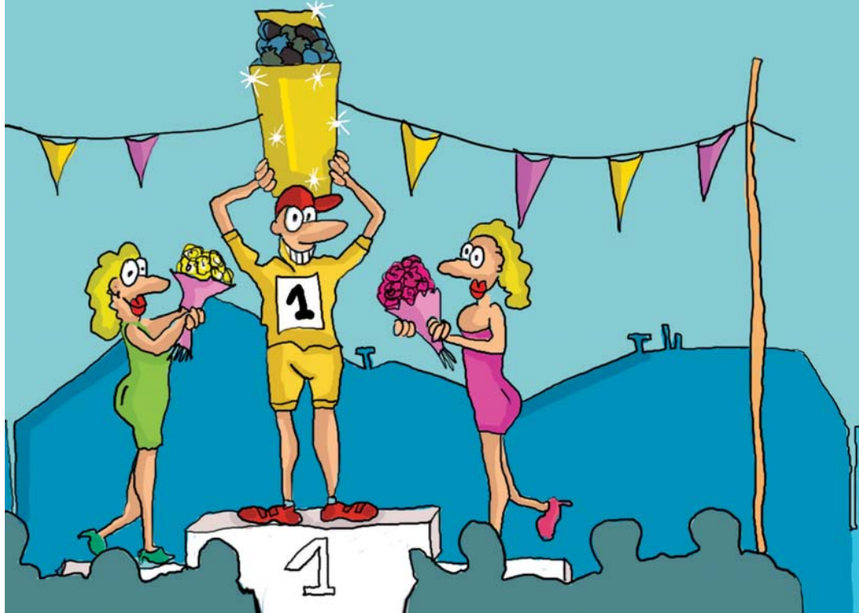
ADEME
Agence de l'Environnement et de la Maîtrise de l'Energie

ÉCONOMISONS L'ÉNERGIE FAISONS VITE ÇA CHAUFFE

RÉDUISONS VITE NOS DÉCHETS, ÇA DÉBORDE.

6300 50 000 ex - Imprimé avec des encres à base végétale sur du papier 100% recyclé certifié Ecolabel européen.

HEMISPHERE DROIT ©



Réduction des déchets et environnement : Les 10 étapes pour gagner.

Suivez les étapes pour réduire les déchets et préserver l'environnement.

ADEME
Agence de l'Environnement et de la Maîtrise de l'Energie

ÉCONOMISONS L'ÉNERGIE FAISONS VITE ÇA CHAUFFE

RÉDUISONS VITE NOS DÉCHETS, ÇA DÉBORDE.

1ère étape :

Après l'effort,
je choisis le réconfort
d'une douche plutôt
qu'un bain.

Une douche de 4 à 5 minutes consomme
30 à 80 litres d'eau et un bain 150 à 200 litres.

ECONOMISER L'ENERGIE
FAISONS VITE
ÇA CHAUFFE

2ème étape :

Je pratique le co-voiturage
et fais respirer
l'environnement.

En France,
30% des déplacements correspondent à des trajets
domicile-travail, dont les 3/4 se font en voiture,
avec un taux de remplissage proche de 1 !

ECONOMISER L'ENERGIE
FAISONS VITE
ÇA CHAUFFE

3ème étape :

Quand je fais mes courses, j'évite les sacs plastique.

Sacs plastique = 100 000 tonnes de déchets annuels
= 100 à 400 ans pour se dégrader naturellement.

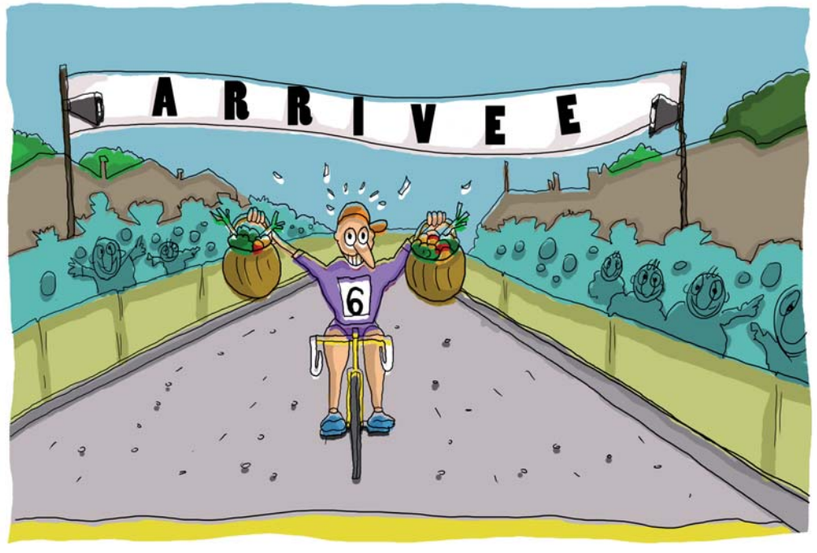
RÉDUISONS
VITE NOS DÉCHETS,
ÇA DÉBORDE.

4ème étape :

Je me déplace malin, j'utilise les transports en commun.

Un autobus rempli de 40 passagers permet de retirer 40 véhicules de la route aux heures de pointe, et d'économiser ainsi 70 000 litres de carburant par an.

ECONOMISONS L'ENERGIE
FAISONS VITE
ÇA CHAUFFE



5ème étape :

Choisir des produits locaux
et de saison,
j'y gagne sur toute la ligne.

Un fruit importé hors saison,
consomme pour son transport 10 à 20 fois plus de pétrole
que le même fruit produit localement et acheté en saison.

ECONOMISER L'ENERGIE
FAISONS VITE
ÇA CHAUFFE

6ème étape :

Jeter mes déchets
à la poubelle,
je n'en fais pas toute
une montagne.

Un chewing-gum jeté a besoin d'environ 5 ans
pour se dégrader naturellement,
une canette plusieurs dizaines d'années.

RÉDUISONS
VITE NOS DÉCHETS,
ÇA DÉBORDE.

7ème étape :

Les petits déplacements
à vélo,
c'est mon pain quotidien.

Le moteur d'un véhicule se réchauffe
pendant les premiers kilomètres.
Ainsi, sur le 1er km parcouru, une voiture consomme
50% de carburant en plus et pollue 4 fois plus.

ECONOMISEZ L'ÉNERGIE
FAISONS VITE
ÇA CHAUFFE

8ème étape :

Tous en selle pour coller
des stop-pub
sur nos boîtes aux lettres.

1 million de tonnes d'imprimés
sont distribués chaque année dans nos boîtes
aux lettres, soit 40 kg par an et par foyer.

RÉDUISONS
VITE NOS DÉCHETS,
ÇA DÉBORDE.

9ème étape :

En branchant mes appareils électriques sur secteur, je roule pour ma planète.

Sur 870 millions de piles consommées par an en France, seules 32% sont recyclées.

ECONOMISONS L'ENERGIE
FAISONS VITE
ÇA CHAUFFE

10ème étape :

Bien trier mes déchets, ça en jette.

1 tonne de plastique recyclée = entre 600 et 800 kg de pétrole brut économisés.

RÉDUISONS
VITE NOS DÉCHETS,
ÇA DÉBORDE.