



# 10 GESTES BONS POUR NOUS ET LE CLIMAT, PRÊT À RELEVER LES DÉFIS ?

**10 gestes immédiatement applicables et ne nécessitant que peu d'investissement.**  
Nos gestes individuels permettent de réduire nos émissions de gaz à effet de serre de 2,8 tonnes éq-CO<sub>2</sub> par an. C'est 25 % de nos émissions actuelles.

## À la maison, au travail, suis-je prêt à changer mes habitudes ?

**J'économise en baissant le chauffage ou en réduisant la climatisation** dès que je le peux à la maison ou au bureau.

**J'installe des LED, j'éteins mes appareils électroniques** et évite la mise en veille si possible.

**J'évite le recours aux emballages ou objets jetables.** Je privilégie par exemple l'utilisation de gourdes en aluminium ou achète en vrac.

**Je varie mon alimentation** et profite par exemple de la mise à disposition dans nos cantines **des menus végétariens**. J'élimine le gaspillage alimentaire.

**Je limite l'envoi de pièces jointes dans mes mails et les impressions papier.**

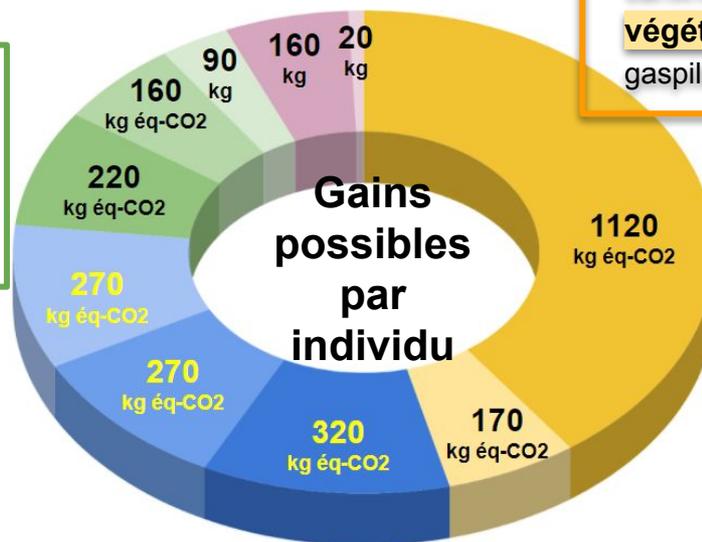
Je nettoie mes mails inutiles 1 fois par semaine.

**Je participe au tri sélectif** (au travail et chez moi).

[Plus d'info sur ce lien.](#)

Téléchargement de l'appli "Guide du tri" [consignesdetri.fr](http://consignesdetri.fr).

**Je répare, je recycle, je réutilise** ce qui est cassé ou privilégie l'achats de produits durables.



**J'essaie de manger local / bio** pour mieux contrôler mon alimentation et soutenir nos producteurs locaux.

**J'adopte une attitude sobre dans mes déplacements.** Je covoiture dès que l'occasion se présente (KAROS), j'utilise les transports en commun, je favorise les voitures à faibles émissions de CO<sub>2</sub> ...

**Je me déplace à vélo pour les trajets courts** pour être en bonne santé et faire des économies (3 km en voiture coûte 1 €).

**S'opposer parfois**

**Proposer toujours  
Construire souvent**