

# ClimA'cTeur : Les 7 éco-gestes de mon été

## 1 A PIED ou EN VELO

Sur son lieu de vacances, profiter de son temps moins contraint pour **privilégier les déplacements à pied ou en vélo**. Faire ses courses à pied dans un rayon d'un kilomètre, c'est s'accorder une demi heure de marche : c'est **bon pour le CO<sub>2</sub>**, c'est **bon pour la santé**. Pour découvrir les environs, le vélo est idéal : une heure de vélo vous permet de découvrir les environs dans un rayon de 15 à 25 km.

## 2 VIDER sa voiture, OUVRIR les vitres

Si vous devez prendre votre voiture pour des déplacements locaux, bien vider le coffre de votre voiture, **enlever les portes bagages inutiles**, car chaque kilo supplémentaire c'est de la consommation d'essence en plus. De même **rouler fenêtres ouvertes** évite de mettre en route la climatisation. Les vacances, c'est aussi l'occasion de **rouler paisible** pour mieux voir le paysage et baisser également sa consommation.

## 3 FERMER les volets, OUVRIR les fenêtres

Pour garder la fraîcheur de la maison en période de fortes chaleurs, bien **fermer les volets en journée** pour les parties exposées aux rayons du soleil. **Passer régulièrement la serpillère** sur les sols qui le permettent (le séchage naturel permet de rafraîchir légèrement l'air de la pièce). **La nuit, ouvrir en grand toutes les fenêtres** pour faire entrer dans la maison la température moins chaude de la nuit. Et les refermer dès que la température remonte.

## 4 MANGER local et de saison

Profiter des vacances pour aller **chercher ses produits chez des petits producteurs ou revendeurs locaux**, et ainsi **manger des fruits et légumes de saison**, sans des milliers de kilomètres de transport. L'été est aussi un bon moment pour **oser une alimentation moins carnée**, plus légère. Excellent pour le CO<sub>2</sub>, la santé et la ligne !

## 5 TRIER et EFFACER ses mails

Les moments de repos tranquilles peuvent être l'occasion de **trier ses mails de l'année, et d'effacer tous ceux qui sont inutiles**, en particulier les mails envoyés, car tous ceux qui restent non effacés sont stockés par votre fournisseur d'accès sur un Cloud, très gourmand en énergie ! Les émissions de CO<sub>2</sub> liées à l'informatique sont en forte croissance.

## 6 Oser des VETEMENTS USAGÉS ou DÉMODÉS

Personne sur la plage, dans les balades en montagne, en forêt ou sur les chemin de randonnée ne vous jugera à votre tenue. L'occasion de **mettre des habits un peu usagés ou démodés**. La part de CO<sub>2</sub> liée à l'habillement n'est pas négligeable. Renouveler moins souvent sa garde robe réduit notre impact.

## 7 RÉFLECHIR à ses DÉPLACEMENTS

Sur la plage ou en balade, ne pas hésiter à questionner ses habitudes de déplacements dans l'année pour réduire ses kilomètres voiture à venir.