

## Habitant

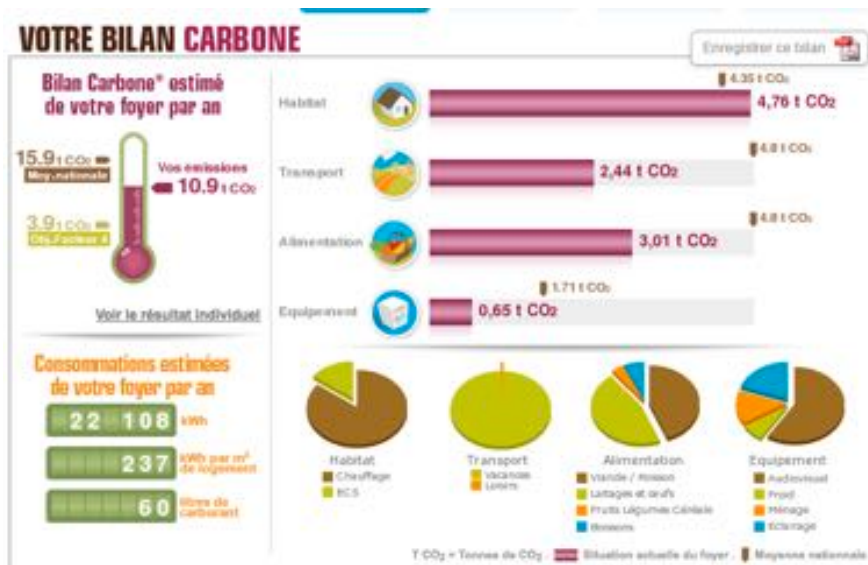
Un repère d'abord : nous sommes 7,5 milliards d'habitants sur la terre dont 2 de la classe moyenne et supérieure mondiale : celle qui émet la très grande majorité des gaz à effet de serre. En France, pays très développé, nous sommes autour de 50 millions à faire partie de cette classe moyenne : les 3/4 de la population française.



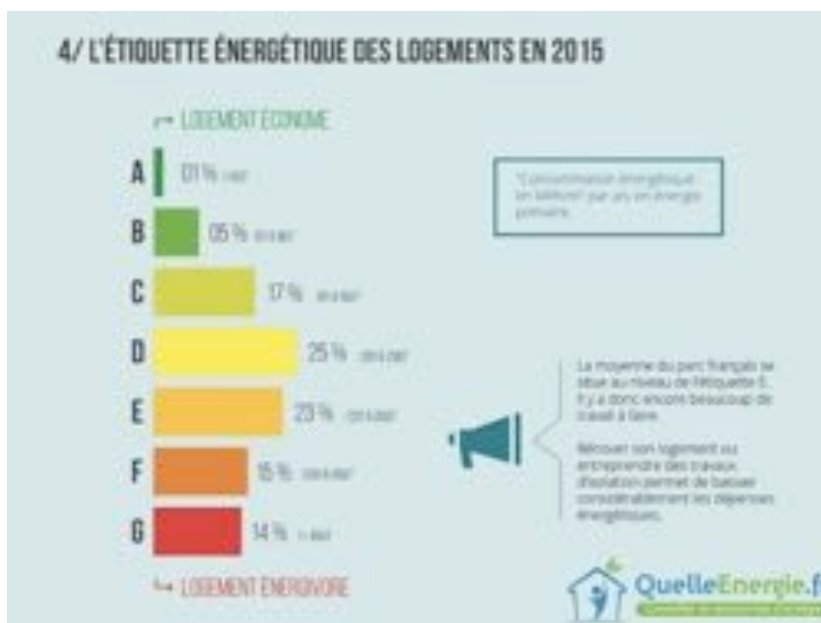
Si vous avez un logement et de quoi le chauffer, de quoi acheter une voiture et manger de la viande tous les jours, alors vous en faites partie. Et si vous pensez que changer votre comportement n'a aucune importance, multipliez le par 2 milliards.

Quant aux plus pauvres, agir de la sorte va les aider en créant de l'emploi local, en les sortant de la précarité énergétique, en développant des moyens de transport bon marché, en poussant l'agroalimentaire vers des produits sains, en contribuant à écarter la menace climatique et ses conséquences sur les plus faibles, eux, et surtout en leur permettant d'être acteur de leur vie.

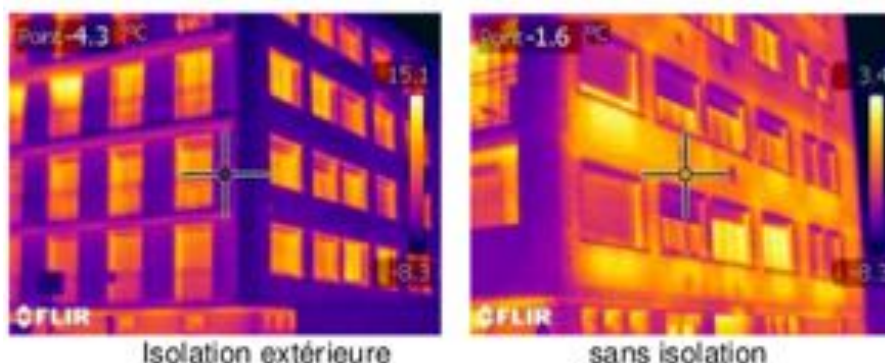
Pour agir, seul, trois domaines sont à portée de décision : *le logement, les déplacements, l'alimentation.*



## Logement :

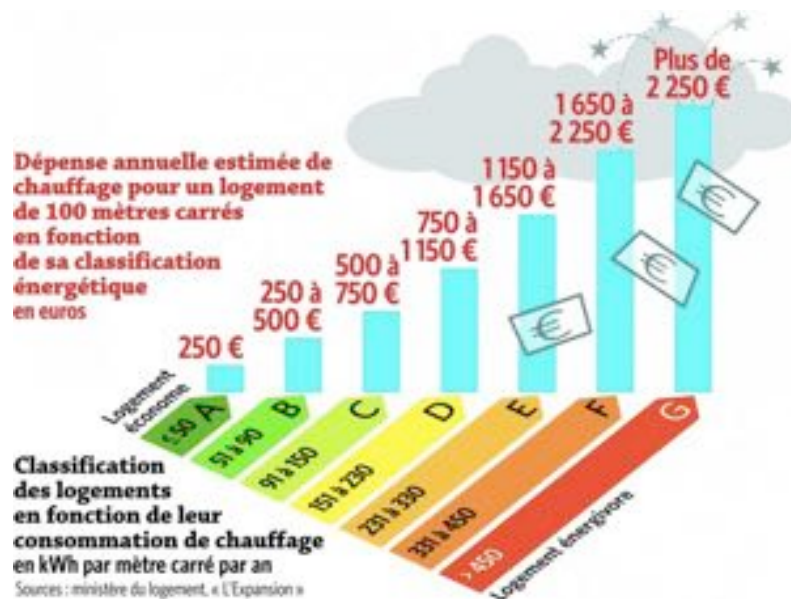


Le plus grand champ de pétrole de France, c'est l'économie d'énergie. Près de la moitié de l'énergie consommée en France passe dans le bâtiment. 44 % cette année 2015, pour être précis. La moitié des logements sont à étiquette D ou E : quasiment des ruines énergétiques ou des gouffres à euros, c'est comme on veut.



- 1° de moins de chauffage, c'est 7% d'économies. Mettez un pull en hiver. Ça sent bon la saison. Pour vous donner une idée, la température ressentie est une moyenne entre la température du thermomètre et la température de vos murs.

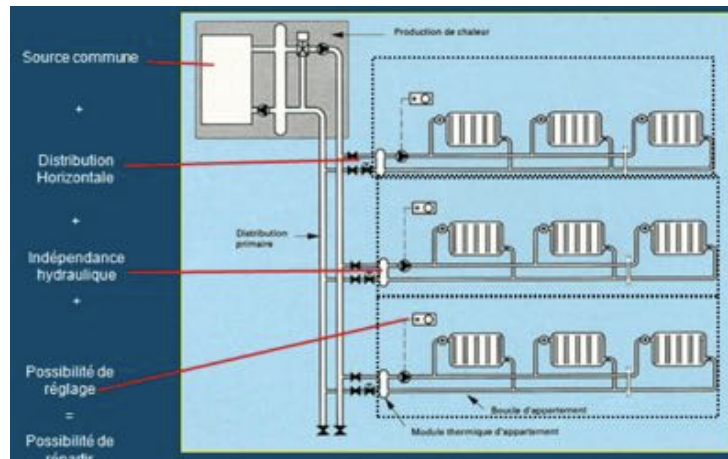
*Chauffé à 22° au thermomètre, avec des murs à 16°, vous ressentez 19°C. Chauffé à 19° avec des murs à 19°, vous ressentez 19°C. (entre les deux, 21% d'économies). D'où le pull, pour descendre à 20-21° au thermomètre, en attendant d'avoir isolé votre logement, de préférence par l'extérieur.*



- Modulez votre consommation avec votre occupation du logement : jour-nuit, travail-vacances ;
  - en chauffage individuel faites poser un régulateur ; les 200 à 300 euros pour faire poser le régulateur sont amortis en une à deux saisons.
  - En chauffage collectif, faites de même : combien de plaintes entendues avec la période de chauffe qui commence et s'arrête à dates fixes, quelle que soit la météo. Si vous ne gagnez pas d'argent, vous gagnerez en confort. Entendez vous pour baisser la température de 2° entre 23 heures et 5 heures du matin par exemple. Il vous restera à fermer vos radiateurs lorsque vous partez en hiver.

Faites le calcul : 1° de surchauffe économisé à l'année, 7% d'économies ; 2°C de moins la nuit, 2 à 4% d'économies selon les provinces (un peu moins en logement collectif); 15°C de moins pendant 15 jours de vacances et week-end d'hiver : 6 à 10% d'économies.

- Il faut une minute pour changer la totalité de l'air d'une chambre. Quand vous aérez une pièce, fermez au moins les portes pour ne pas vider l'air chaud de tout votre logement en quelques minutes. Et si vous ouvrez vos fenêtres une heure par jour, arrêtez les radiateurs (Une heure sur 24 heures, 4% d'économies)
- Vous pouvez aussi ne chauffer que les pièces que vous utilisez en hiver. Quand les enfants sont partis faire des études par exemple. Une pièce sur cinq, à 10°C de moins, 3 mois de chauffe par an : 7 à 10 % d'économies.
- Et si vous êtes en copropriété et en chauffage collectif, la nouvelle loi sur le comptage du chauffage va vous aider à mettre tout ça en œuvre. Avec des robinets dits thermostatiques sur vos radiateurs, de l'ordre de 10% d'économies.



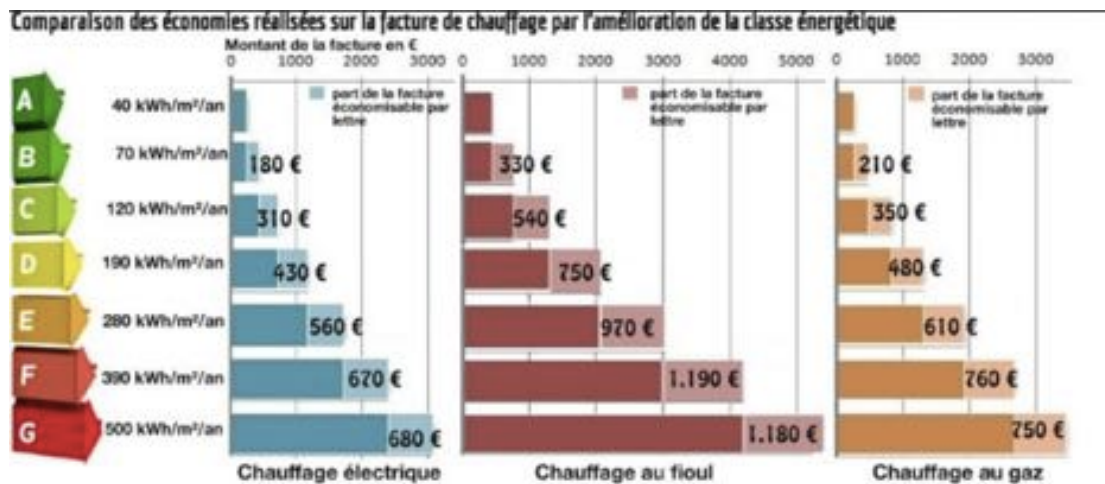
De quoi gagner au total entre 20 et 40 % sur votre facture de chauffage (la connaissez vous ?) et sur vos émissions par conséquent ; disons sur 25% d'économies en moyenne, de l'ordre de 15 millions de TeCO2 en France (60 millions de TeCO2\*25%).

Et plus si vous achetez des appareils électroménagers A++, si vous changez toutes vos ampoules pour des leds, si vous éteignez les veilles de nos nombreux appareils et ordinateurs.

La chasse aux économies peut être un jeu. Comme dans tous les jeux, amusez vous : vous allez apprendre des tas de choses, monter en compétence comme disent les sportifs.



Vous pouvez faire encore mieux, en investissant cette fois, dans les économies d'énergies de votre logement : allez sur *Bâtiments* : <http://agirlocal.org/batiments/> réfléchissez et prenez vous en main, pas seul. Pour donner une image, un joueur de rugby, seul, est forcément moins bon sur le terrain qu'une équipe, avec son entraîneur, son club et sa fédération.



Et ne dites pas « je n'ai pas d'argent pour isoler, changer de chauffage », vous venez d'en gagner ; plus encore que vous ne croyez : 45 milliards d'euros sont investis chaque année en France dans la rénovation des bâtiments ; dont 15 dans la rénovation énergétique ; à 80 % dans les fenêtres : c'est à dire dans la plupart des cas, le plus cher, le moins efficace. Commencer par le toit est le B-A BA de l'efficacité énergétique.

### Déplacements :

Nos grands parents parcouraient 3000 km par an en moyenne dans les années 60. Nous en parcourons 16 000 ;

Les gCO<sub>2</sub> /km émis par les avions, les voitures ou les transports en commun font ressortir qu'il est inutile de calculer les émissions des transports en commun, elles sont négligeables devant celles des voitures ou des camions : 7-10g de CO<sub>2</sub> par personne et par km en transport en commun, pour 250 à 350 g de CO<sub>2</sub> par voiture (à diviser par le nombre de passagers).

ÉMISSIONS MOYENNES DE CO<sub>2</sub> DANS LES TRANSPORTS DE VOYAGEURS

MODE DE TRANSPORT	PARTS DE MARCHÉ	% ÉMISSIONS DE CO <sub>2</sub>
Voiture	76 %	87,6 %
Avion	1,5 %	6 %
Car/Bus	5,5 %	5 %
Train	11 %	1,4 %
Modes non émetteurs (marche, vélo...)	6 %	0 %

Autre repère, la moitié de nos déplacements se font à moins de 3 km, la distance de confort du vélo. Mais si vous voulez en rester à votre voiture, vous pouvez agir, tout de suite :

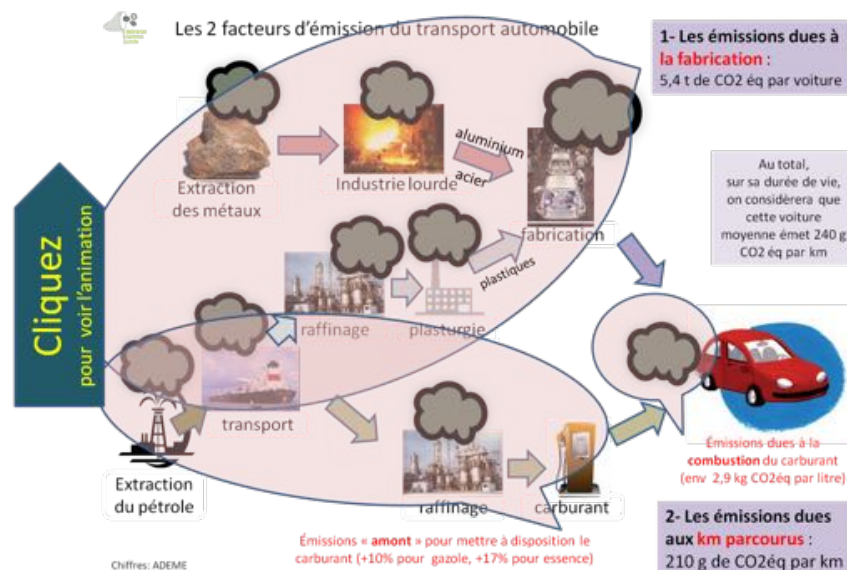


- Au dessus de 50 km/h, diminuez votre vitesse de 10 à 20 km/h ; la plus grande quantité de voitures passe aux alentours de 70 km/h : moins de bouchons, moins d'essence. Au dessous de 50 km/h, respectez les limitations. Anticipez les arrêts au feu rouge ; faites de l'éco conduite.

Détail : il faut 3 semaines pour se désintoxiquer de la vitesse; après c'est le bonheur de vivre qui revient. Et les euros, ça se voit au plein de carburant. 10 à 20% d'économies selon les trajets.

- Louez votre voiture quand vous ne l'utilisez pas. Des sites existent. Vous gagnez, le locataire de votre voiture gagne, les émissions de CO2 diminuent.

Quand on vous raconte que la voiture émet 120g de CO2 par km, la réalité, embouteillages inclus à l'année, se situe entre le double et le triple.



- Louez une voiture sur place, là où vous allez en week end, en vacances, quand vous partez peu de temps ... et donnez votre voiture en location pendant ce temps.

Notre voiture coûte en réalité 50 centimes à 1 euro du km. (Si vous persistez à ne compter que l'essence, ajoutez l'achat, l'assurance, les grosses et petites réparations et les péages ; et si vous n'avez pas le temps, consultez le barème fiscal frais réels de déduction d'impôts ; Bercy sait compter).

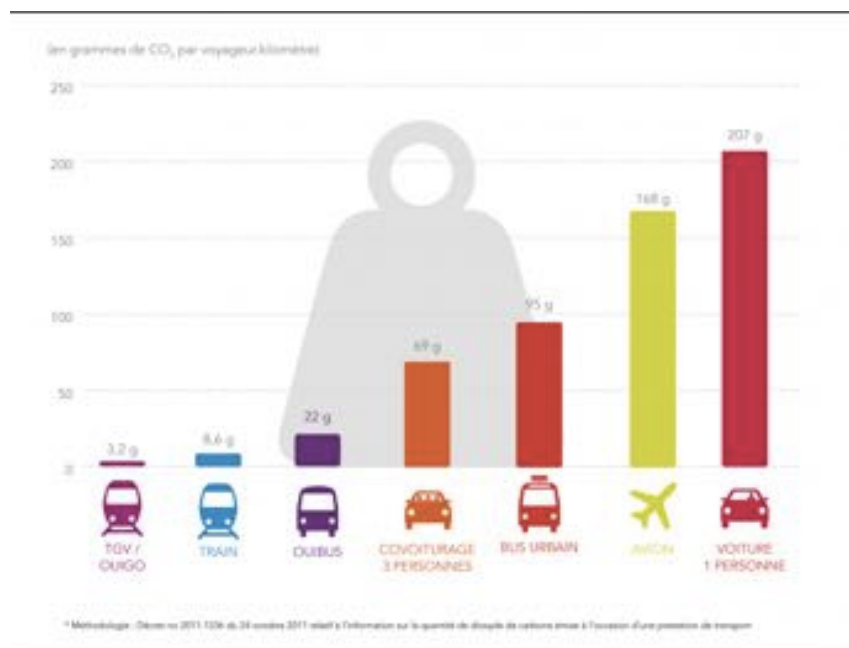
En vacances courtes, pour 500 km aller retour : 250 à 500 euros économisés auxquels il faut ajouter la recette de location de votre voiture. De quoi louer une voiture jusqu'à

une semaine et partir en train, en autocar,... à moins de 10g de CO<sub>2</sub> du km par personne ; avec beaucoup moins de probabilité d'avoir un accident.

Pour 2000 km à l'année parcourus pour aller en vacances et revenir, et 10 millions de voitures, au moins 5 millions de TeCO<sub>2</sub> économisées (250g\*2000km\*10 millions)

- Covoiturez : c'est l'arme fatale ; aux heures de pointe, les voitures comptent 1,05 personnes à bord ; vous avez compris, le conducteur est seul la plupart du temps ; à 2, on divise par deux les émissions de CO<sub>2</sub> et les coûts si vous partagez les frais (à 3 c'est encore mieux...). Plus parce que les bouchons pourraient s'évanouir avec deux fois moins de voitures.

Au tarif de la loi : 6 centimes du km sur un prix de revient de 50 centimes du km, soit une économie de 12 % par covoitureur.



- Et si vous manquez d'exercice physique, allez au travail en vélo, c'est moins cher qu'un club de gym : de bout en bout ou en prenant aussi un transport en commun. L'utilisation du vélo permet de passer de 50 c à 5 centimes du km, de se donner un treizième mois à l'abandon de la deuxième voiture.

C'est bon pour votre porte monnaie, pour votre santé, pour la sécurité sociale, pour la réduction des gaz à effet de serre.



Pour un choix du vélo une fois sur cinq déplacements, (la part de ce mode de transport dans tous les déplacements), c'est à dire moins qu'aux Pays Bas, l'économie de dépense de Sécurité sociale pour la France serait de 15 Milliards d'€ annuels. Ce sont les ministères qui le disent.

Vous pouvez aussi utiliser le vélo électrique, il efface les dénivelés. Si vous gardez quand même votre deuxième voiture, l'économie est de l'ordre de 35 c du km. 15 km par jour, 200 jour par an, 1000 euros par an ; achat amorti en un an.

- Vous pourrez bientôt utiliser des tiers lieux ; des espaces partagés, multi-entreprises, où vous pourrez venir travailler à 10 minutes de chez vous, un à deux jours par semaine ;

Pour les banlieusards, de une à trois heures de transport en moins par jour d'utilisation ; en moyenne, l'équivalent d'un jour de vacances par mois. Et pour tous les autres, l'effet mercredi, ce jour bien connu des voyageurs de la deuxième couronne en Île de France : quand nous avons l'impression d'être au large.



Au total, de quoi gagner entre 15 et 40 % sur vos factures de voitures (avez vous jamais fait le total ?) et sur vos émissions par conséquent ; disons sur 25% d'économies en moyenne, de l'ordre de 18 millions de TeCO2 en France (70 millions de TeCO2\*25%).

Vous pouvez vous rapprocher des 40% d'économies, en vous investissant dans les projets locaux. Allez sur *Déplacements* : <http://agirlocal.org/deplacements/> réfléchissez et prenez vous en main, pas seul.

En particulier, l'organisation du déplacement en vélo sur votre territoire est un levier pour changer votre vie. Les tiers lieux aussi. Prenez votre part.

### ***L'alimentation :***

Mine de rien, c'est un tiers de nos émissions de gaz à effet de serre, de l'agriculture aux déchets, en passant par l'agroalimentaire, les courses, la cuisine et le lave vaisselle.

- Première évidence, achetez local, des produits de saison, de préférence agriculture raisonnée (moins de pesticides, d'insecticides, d'engrais et de désherbants, bon appétit) voire bio (encore moins de chimie et même plus intelligent).



## Mangez les fruits et légumes de saison, c'est mieux, ayez le bon réflexe!



Achetez sur les marchés, les producteurs sont locaux et connus. C'est bon pour votre santé, pour l'emploi et pour votre porte monnaie. Déterminez le prix au kilo, calculez le prix de votre santé, les jours de maladie sans salaire, le chômage, ou vos cotisations chômage si vous avez un travail, vos impôts et les cotisations de sécurité sociale.



Les fraises en hiver, les côtelettes surgelées de Nouvelle Zélande, les crevettes élevées au Pérou et les fleurs du Kenya font des émissions de gaz à effet de serre astronomiques. Et ont des coûts réels très supérieurs aux économies apparentes.

- Deuxième évidence, faites vos courses à côté de chez vous. Au cas où vous ne l'auriez pas remarqué, le super marché c'est 50 centimes à un euro du km supplémentaire pour y aller ; et beaucoup de tentations couteuses, beaucoup plus que le surcoût voiture, disent les professionnels du marketing. Il faut les croire quand ils parlent entre eux de votre porte monnaie.

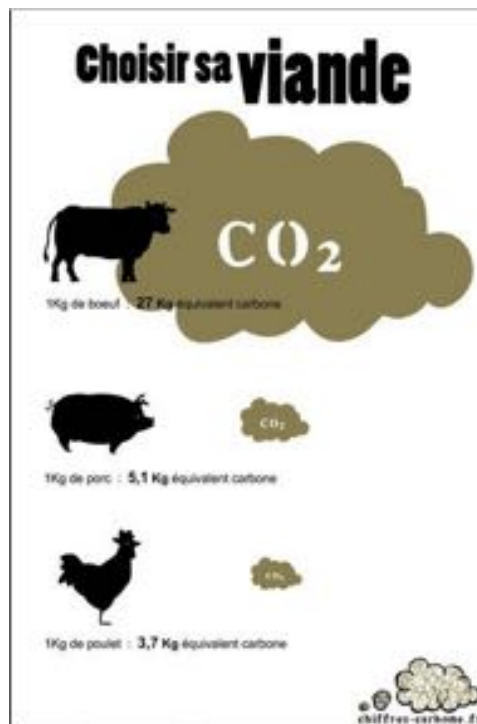


Si vous tenez à l'hyper marché ou si c'est plus commode, commandez sur internet et faites vous livrer, vous gagnerez du temps et c'est moins cher pour cause de tentations marketing évitées. Cela n'empêche pas de faire un tour au supermarché de temps en temps.

- Troisième évidence, cuisinez ; c'est un plaisir, vous faites plaisir ; allez chercher les recettes de mamie, réinventez des recettes. Organisez des concours. Echangez les tuyaux, les légumes impensables, les produits de qualité, les soupes aux 5 légumes et plus.

Vous ne savez pas ce que vous achetez quand les plats sont tout cuisinés. Evitez. On a un peu oublié mais la cocotte minute, ça fait gagner du temps, de l'énergie et de l'argent.

- Quatrième évidence, la viande : il y a un demi siècle, mamie mangeait une viande par jour, parfois par semaine. Sommes nous plus heureux ?



Le bilan eau ou carbone de la viande est ahurissant. Avec la même surface de terre, nos agriculteurs produisent 5 à 6 fois plus de protéines végétales qu'animales. L'économie pour le consommateur que nous sommes est de l'ordre de 10 euros le kg ;



Difficile d'évaluer l'économie totale ; elle dépend beaucoup de vos comportements. Investir dans votre santé est premier mais regardez la viande : en moyenne, nous mangeons un peu moins de 100 kg de viande par personne et par an. Réduire d'un tiers notre consommation de viande économise 300 euros par personne et par an (30 kg à 10 euros de différence par rapport aux légumes) soit 10 à 15% du budget alimentation du français moyen.

Ce qui peut réduire de 450 kgeCO<sub>2</sub> les émissions par personne et par an (15 kg d'équivalent CO<sub>2</sub> par 30 kg de viande), et réduire donc de 22 millions de TeCO<sub>2</sub> les émissions en France (50 millions de mangeurs de viande par 450 kgeCO<sub>2</sub>).

Vous pouvez faire beaucoup mieux en vous intéressant à l'agriculture locale, raisonnée, ou mieux, bio ; en vous intéressant aux km faits par vos aliments avant d'arriver dans votre assiette.

En commençant par les cantines : la boucle alimentaire locale, ça paye, en santé, en emplois non délocalisables, en transports évités ;

Les déchets agricoles et alimentaires pèsent cinq fois plus que les déchets ménagers que nous trions. Qui s'en occupe ? Qu'en fait-on ?

Même notre lave vaisselle mérite un peu d'attention : quelle durée de vie ? Quelle consommation d'eau et d'énergie ?

### ***Récapitulatif :***

Alimentation :	10 à 15% d'économies en euros, 22 millions de TeCO <sub>2</sub>
Chauffage Logement :	20 à 40% d'économies en euros, 15 millions de TeCO <sub>2</sub>
Voiture :	15 à 40% d'économies en euros, 18 millions de TeCO <sub>2</sub>

22+15+18= 55 millions de TeCO<sub>2</sub>, c'est 10% des émissions de gaz à effet de serre de la France (550 millions de TeCO<sub>2</sub>).

En euros, le ménage moyen dépense respectivement 16,4 % de son budget disponible en alimentation, 4,8 % en chauffage de son logement et 14,3 % en voitures, dit l'INSEE : plus du tiers de ses dépenses totales (35,5%). Le revenu disponible par ménage tourne autour de 32 000 euros (entre 13 000 euros pour les 10% les plus pauvres et 63 000 pour les 10% les plus riches).

Alors ?

Les économies que nous venons de calculer vont de 5 à 10% du revenu d'un ménage ; appliquées au revenu disponible moyen, ces économies vont de 1600 euros à 3200 euros par an.

Il y a de quoi emprunter 15 000 à 30 000 euros sur 10 ans pour investir dans l'isolation de votre logement par exemple. Et économiser encore plus.



Les 20% de réduction de CO<sub>2</sub> sont à portée de main, tout de suite et plus si vous investissez.



Mais savez vous combien vous émettez ? Si vous voulez le savoir et mieux décider encore : <http://www.coachcarbone.org/inscriptionutilisateur/animationintro/intro> le site est de confiance, c'est l'ADEME et la fondation Nicolas hulot qui ont réalisé ce calculateur.



Alors comment économiser encore plus et vivre mieux encore, tout en réduisant vos émissions ?

- Par exemple, si vous êtes propriétaire (ou copropriétaire) de votre logement, avec le prêt à taux zéro, supposé utilisé sur 7 ans : 10 000 à 20 000 euros d'investissement dans l'isolation et une chaudière efficace (ou le branchement sur un chauffage urbain aux énergies renouvelables et de récupération) sont entièrement remboursés par cette façon de piloter vos comportements ;

Et cet investissement va vous rapporter encore 20, 40% de votre facture de chauffage ; et autant de réduction de vos CO2.



- Et si vous êtes locataire, vous avez de quoi passer au bio, vous acheter un vélo électrique et des appareils ménagers A+++ ; de quoi être en meilleure santé, et vous rapporter des économies supplémentaires sur la voiture, le renouvellement de vos appareils (ils durent plus longtemps) ainsi que les factures d'électricité et d'eau. Et autant de réduction de vos CO2.



Il y a d'autres idées. Allez voir les rubriques *actions, projets, démonstrateurs*, vous avez de quoi agir. Une video de 2-3 minutes vous présente chaque onglet.

Vous voulez peut-être en savoir plus avant de passer à l'action (ou après), regardez les onglets *y voir clair et outils* ;

Et pour savoir d'où viennent toutes ces informations, il vous faut remonter aux sources, *qui sommes nous*.

Mais si vous voulez d'abord survoler la totalité du site avant de fouiller plus avant, allez sur la rubrique *EN RESUME* à droite de la page d'accueil du site [www/agirlocal.org](http://www.agirlocal.org) : 15 minutes de video (c'est dense) ou [9 pages illustrées](#) à télécharger, pour lire à votre rythme.

Qu'est ce qui ressort de tout ça ? Vous pouvez faire encore plus fort si vous sortez de chez vous. Seul ou ensemble, ça vaut la peine.

Devant la menace climatique, il n'est en effet pas interdit de se parler, habitants, entrepreneurs, élus et d'agir sur notre territoire, dans le plaisir de vivre. Les décisions des uns et des autres de renforcent, augmentent en efficacité.

Alors ? Penser CO2 peut faire économiser de l'argent, vivre mieux, en meilleure santé. A bien y regarder, c'est plus facile que compter en euros ; il suffit d'avoir voyagé dans un pays qui a une autre monnaie pour s'en apercevoir.

Passez à l'acte progressivement, prenez vous au jeu, amusez vous et ...comptez : ça vaut des mots croisés ou un sudoku, des jeux vidéo ou un match. La réalité de votre vie et de votre bien être en plus. Faites vous plaisir, partagez vos expériences avec vos proches, votre entourage, vos voisins ; agissez chez vous, sur votre territoire, dans votre entreprise ; directement ou indirectement vous y gagnerez.

Si vous voulez relire tranquillement ce texte sur papier, et faire votre plan CO2, vous pouvez télécharger le pdf : [habitants-pdf](#)

Et si vous voulez en savoir beaucoup plus, maintenant ou plus tard, retournez sur : <http://agirlocal.org/>



# Agir Local

POUR CONTRER À SON NIVEAU LE CHANGEMENT CLIMATIQUE

## accueil



Le changement climatique est meurtrier ; nous pouvons, encore, écarter la menace climatique dans le plaisir de vivre. Que vous soyez habitant, entrepreneur, élu, ou les trois, ce site donne de quoi agir efficacement, à portée de décision, seul ou ensemble. [lire la suite](#)

Textes de présentation : Jean-Michel Vincent, copie libre. Documents selon source.

### SCRYVOL DU SITE

[les 7 vidéos de présentation \(13m04\)](#)

[les 7 textes de présentation \(pdf 9 pages\)](#)

### RACCOURCIS