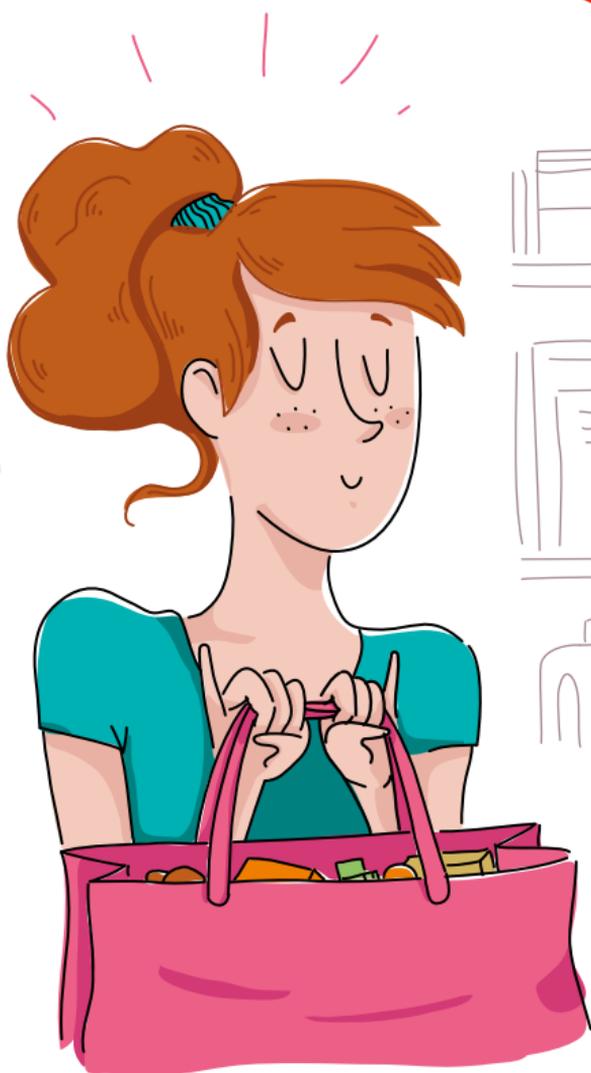


ACHATS

# CONSOMMER RESPONSABLE

— LES BONS RÉFLEXES, DE L'ACHAT À LA FIN DE VIE DES PRODUITS

ÉDITION  
JANVIER  
2019



ADEME



Agence de l'Environnement  
et de la Maîtrise de l'Énergie

De sa fabrication à sa fin de vie, chaque produit que nous consommons a des impacts sur l'environnement : sur l'eau, sur l'air, sur les sols, sur la biodiversité, sur le changement climatique...

Pour les limiter, tout le monde à un rôle à jouer.

Fabricants et industriels, agriculteurs, distributeurs, pouvoirs publics... mais aussi les consommateurs que nous sommes. Comment ? Suivez le guide !

# 1 Acheter écologique

Réflexe numéro 1 : réfléchir avant d'acheter. Bien informés, nous pouvons faire des choix plus écologiques... et pas forcément plus coûteux.



**Un consommateur averti en vaut deux !**

► **Avant de dépenser, posez-vous les bonnes questions :** avez-vous vraiment besoin de ce produit ? N'est-il pas trop perfectionné ? Pourquoi ne pas l'acheter d'occasion ou encore le louer ?... Autant y penser quand on sait que depuis les années 1960, la consommation des ménages a été multipliée par plus de trois.

► Dès que possible, **optez pour des produits porteurs d'un label environnemental** (voir ci-après).

► **Bannissez les produits « jetables »** (lingettes, couverts, sacs ou bouteilles d'eau en plastique...) que vous n'utiliserez qu'une fois avant de les jeter.

► **Choisissez les articles les moins emballés**, en pensant à l'achat en vrac par exemple (clous, aliments secs...). C'est autant de déchets d'emballages en moins dans nos poubelles (leur volume a doublé en 40 ans !).

► **Privilégiez les produits locaux et de saison**, en particulier les fruits et légumes, qui réclament moins de transport et ne poussent pas sous des serres chauffées consommant beaucoup d'énergie. En plus, ils sont plus frais et souvent moins coûteux.

## EN SAVOIR PLUS

Pour vous renseigner avant d'acheter :

[www.guidetopten.fr](http://www.guidetopten.fr) qui classe les produits électroménagers et appareils électriques les plus performants

[www.carlabelling.ademe.fr](http://www.carlabelling.ademe.fr) qui présente les voitures les moins polluantes



## Les labels environnementaux

Des labels environnementaux indiquent les produits les plus respectueux de l'environnement et de la santé. Les plus exigeants prennent en compte et réduisent les impacts à toutes les étapes du cycle de vie, de la fabrication à l'utilisation et à la gestion de la fin de vie du produit. Il existe des labels publics et privés.

**On les trouve sur une large gamme de produits pour nettoyer la maison** (lessives, liquides vaisselle, nettoyants pour vitres, sols, sanitaires, essuies-tout...), sur la papeterie (feuilles, agendas, classeurs, cahiers...), les textiles (draps, couettes, oreillers, vêtements...), les peintures, les équipements informatiques, l'hébergement touristique...

**Ces produits sont tout aussi efficaces que les produits classiques** (des tests d'efficacité sont réalisés avant de leur attribuer le label). Ils sont disponibles dans une très large gamme de prix.

Pour l'alimentation, la plupart des labels environnementaux intègrent des exigences de production en agriculture biologique et garantissent une qualité attachée à un mode de production plus respectueux de l'environnement et du bien-être animal.

Les produits alimentaires « bio » ne sont pas toujours plus chers que les produits habituels. Et pour maintenir un budget « alimentation » équilibré, il suffit de revoir un peu ses habitudes (consommer moins de viande et de poisson en privilégiant la qualité et le local, rechercher des fruits et légumes de saison par exemple). Autre conseil utile : comparer les prix au kilo !

### UNE LABELLISATION « ISSUS DU COMMERCE ÉQUITABLE »

Le commerce équitable garantit des échanges respectueux des droits des producteurs, à l'international comme en France et certains labels garantissent aussi des modes de production moins impactants pour l'environnement. Nombre de produits alimentaires sont concernés mais aussi des jouets, articles de décoration, meubles, textiles, bijoux, produits cosmétiques...

#### EN SAVOIR PLUS

Pour découvrir les labels du commerce équitable : [www.commerceequitable.org/sengager/consommateurs.html](http://www.commerceequitable.org/sengager/consommateurs.html)

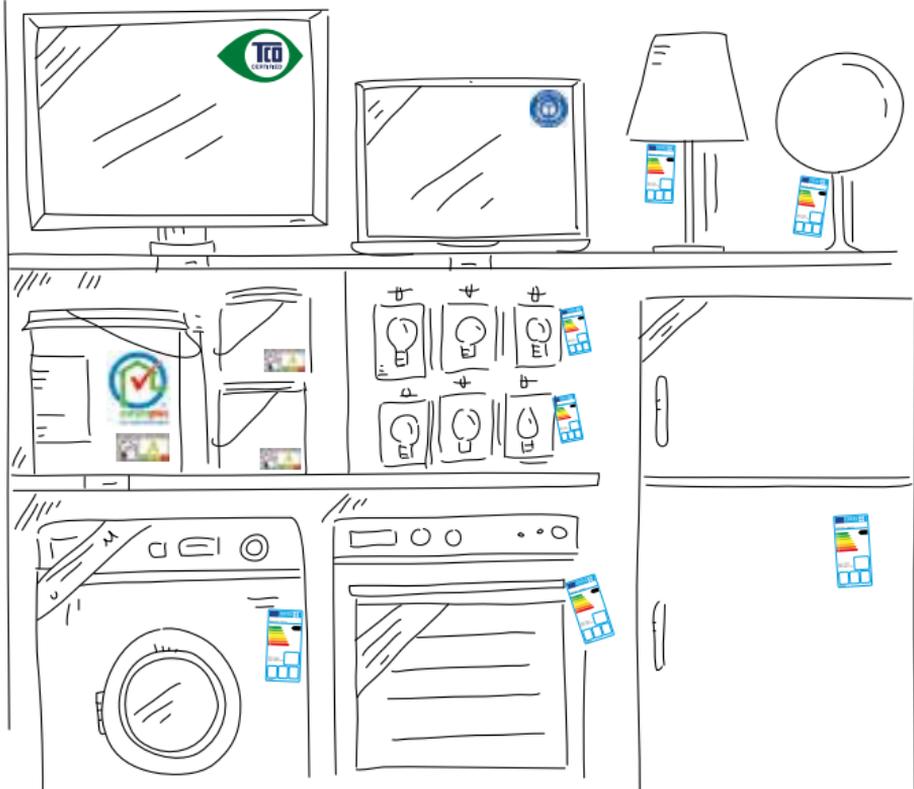
## Les labels recommandés par l'ADEME

**Pour vous aider à repérer les produits les plus écologiques**, l'ADEME publie en ligne des informations essentielles sur plus de 100 labels environnementaux, véritables repères de confiance.

**Ces labels sont disponibles sur tous les produits de consommation courante**, mais aussi sur des articles de décoration pour la maison, sur la literie, les jouets pour enfants, le multimédia et même les hébergements touristiques.

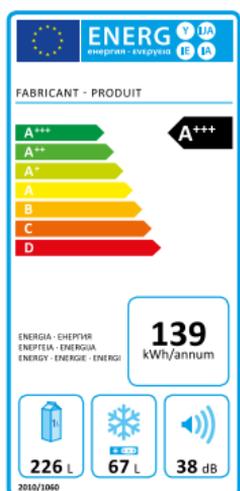
#### EN SAVOIR PLUS

Pour découvrir ces labels : [www.ademe.fr/labels-environnementaux](http://www.ademe.fr/labels-environnementaux)



## Des indications obligatoires

### Pour les équipements de la maison



L'étiquette énergie permet de repérer les appareils les moins gourmands. Par exemple, les produits les plus performants actuellement sur le marché sont classés :

- ▶ A+++ pour les réfrigérateurs, congélateurs, aspirateurs, climatiseurs, caves à vin, lave-vaisselle, lave-linge, sèche-linge, fours électriques ou gaz ;
- ▶ A+ pour les téléviseurs, ampoules, luminaires ;
- ▶ A+ pour les hottes.

#### EN SAVOIR PLUS

Pour choisir les équipements les plus économes : [www.guidetopten.fr](http://www.guidetopten.fr)

### Pour les produits de construction et de décoration



L'étiquette « émissions dans l'air intérieur » est apposée sur les produits de construction et de décoration : elle indique le niveau d'émissions en composés organiques volatils (COV) des peintures, vernis... La classe A+ indique les produits les plus respectueux de l'environnement et de votre santé.

## 2

# Mieux utiliser, moins gaspiller

La manière dont nous utilisons ce que nous achetons compte beaucoup. Double objectif : limiter au maximum les gaspillages et les pollutions, et faire durer nos produits le plus longtemps possible.



### Les modes d'emploi : à suivre !

- ▶ **Lisez les notices** qui vous informent précisément des conditions d'utilisation des produits, de leur nocivité éventuelle, des consignes d'entretien...
- ▶ **Respectez les doses préconisées** pour les produits de lavage (lessive, savon, shampoing, produits d'entretien...).

### Halte aux gaspillages

- ▶ **Éteignez vos appareils multimédias et informatiques** une fois qu'ils ne sont plus utilisés, pour éviter de consommer de l'électricité inutilement.
- ▶ **Remplissez bien le lave-vaisselle et le lave-linge** avant de le faire fonctionner pour ne pas gaspiller d'eau. Et inutile de rincer la vaisselle avant !
- ▶ **Traquez le gaspillage alimentaire** en faisant l'inventaire des placards avant les courses, en surveillant les dates de péremption, en cuisinant les restes...

#### « ON NE GASPILLE PAS LA NOURRITURE », ET POURTANT...

Nous jetons 30 kg d'aliments par personne et par an dont 7 kg encore emballés. Pourtant, 95 % des Français déclarent faire attention à ne pas jeter de produits alimentaires, mais 34 % seulement déclarent ne jamais jeter de restes (baromètre environnemental de l'ADEME 2012).

## Réparer pour faire durer

- **Faites jouer la garantie légale** auprès du vendeur si votre bien a moins de 2 ans.
- **Faites appel au service après-vente du constructeur ou à un réparateur indépendant** si votre objet n'est plus sous garantie.
- **Optez pour la réparation maison** grâce aux tutoriels en ligne (iFixit.fr, SOSav.com, commentreparer.fr) ou en participant à un atelier de corréparation comme un Repair Café (repaircafe.org).

### EN SAVOIR PLUS

Guides de l'ADEME « Manger mieux, gaspiller moins » et

« Réduire sa facture d'électricité »

Fiche de l'ADEME « Faire durer ses objets »

## 3 Non à la poubelle, oui à une nouvelle vie !



Les produits arrivés en fin de vie n'ont pas dit leur dernier mot. Don ou revente, détournement, récupération, recyclage, compostage... : les solutions ne manquent pas pour leur offrir une nouvelle vie.

## Penser réemploi

- **Donnez les objets dont vous ne voulez plus** : ils peuvent être utiles à d'autres personnes ! Des associations caritatives ou des recycleries les récupèrent, les remettent en état pour les revendre à bas prix. Des sites Internet sont également dédiés au don ou au troc.
- **Pensez aussi à la vente d'occasion** sur les nombreux sites Internet existants, auprès des dépôts-vente et revendeurs privés, ou encore à l'occasion d'un vide-grenier ou d'une brocante.

## Trier pour recycler

- ▶ **Déposez les papiers et emballages (en verre, plastique, métal...)** dans le bon bac, en suivant les consignes de tri de votre commune : ils deviendront de nouvelles matières premières pour fabriquer de nouveaux produits.
- ▶ **Rapportez les petits et gros appareils ménagers, piles et ampoules usagés** dans les points de collecte dédiés en magasin ou en déchèterie.
- ▶ **Apportez les vêtements, chaussures, linge de maison** dans les bornes de collecte dans la rue ou en déchèterie, et s'ils sont encore en bon état, apportez-les à des associations.
- ▶ **Utilisez la déchèterie proche de chez vous pour les encombrants (meubles, gravats, pneus...) et les déchets dangereux** ou faites appel au service d'enlèvement des encombrants éventuellement proposé par votre commune.
- ▶ **Adoptez le compostage pour vos déchets de cuisine et de jardin** : épluchures, fleurs fanées, feuilles mortes, tontes de pelouse... seront ainsi transformés en engrais naturel pour votre jardin ou vos plantes en pot.

### QUE NOUS DISENT CES SYMBOLES ?



• **Le Triman** : déchet à trier ou rapporter dans un point de collecte pour être recyclé (attention, l'absence de logo ne veut pas forcément dire qu'il ne faut pas trier le déchet).



• **La poubelle barrée (sur les produits électriques)** : ces objets ne doivent pas être jetés avec les ordures ménagères. Ils sont collectés séparément pour être recyclés.



• **L'anneau de Möbius** : ce déchet est recyclable (le chiffre parfois indiqué à l'intérieur de l'anneau indique le pourcentage de matière recyclée dans la composition du produit).



• **Le Tidy man** : cet emballage ou ce conditionnement doit juste être jeté dans une poubelle après consommation.



• **Le Point Vert** : il ne signifie pas que le produit est recyclable ! Présent sur 95 % de nos emballages, il permet juste de reconnaître une entreprise partenaire du programme français de valorisation des emballages ménagers.

### EN SAVOIR PLUS

Guides de l'ADEME « Que faire de ses déchets ? » et « Le compostage et le paillage »  
Pour savoir où jeter vos déchets : [www.quefairedemesdechets.fr](http://www.quefairedemesdechets.fr)

# La lessive écologique en trois étapes !



40 kg de lessive\*

230 cycles de lavage\*

\*par ménage et par an



## 1 À L'ACHAT :

- ▶ Achetez des lessives porteuses d'un label environnemental : leur fabrication et leur utilisation ont moins d'impacts sur l'environnement (pollution de l'eau réduite, moins de substances dangereuses, emballage recyclable...).
- ▶ Privilégiez les versions concentrées : les bidons sont plus petits et moins lourds que ceux des lessives classiques, de sorte que leur transport jusqu'au magasin consomme moins de carburant et émet moins de gaz à effet de serre.
- ▶ Adoptez les écorecharges, ce qui limite les emballages.

## 2 À L'USAGE :

- ▶ Respectez les doses indiquées : plus de lessive ne lave pas mieux !
- ▶ Baissez la température de lavage : 30 °C ou 40 °C est suffisant pour laver correctement la plupart du linge.
- ▶ Utilisez le programme « Éco », plus long mais moins gourmand en énergie.
- ▶ Utilisez la machine à laver à pleine charge pour ne pas multiplier les cycles de lavage.

## 3 EN FIN DE VIE :

- ▶ Déposez le bidon d'emballage de la lessive dans le bon bac de collecte.

## L'ADEME en bref

L'Agence de l'Environnement et de la Maîtrise de l'Énergie (ADEME) participe à la mise en œuvre des politiques publiques dans les domaines de l'environnement, de l'énergie et du développement durable. Elle met ses capacités d'expertise et de conseil à disposition des entreprises, des collectivités locales, des pouvoirs publics et du grand public, afin de leur permettre de progresser dans leur démarche environnementale.

L'Agence aide en outre au financement de projets, de la recherche à la mise en œuvre et ce, dans les domaines suivants : la gestion des déchets, la préservation des sols, l'efficacité énergétique et les énergies renouvelables, les économies de matières premières, la qualité de l'air, la lutte contre le bruit, la transition vers l'économie circulaire et la lutte contre le gaspillage alimentaire.

L'ADEME est un établissement public sous la tutelle conjointe du ministère de la Transition écologique et solidaire et du ministère de l'Enseignement supérieur, de la Recherche et de l'Innovation.

**www.ademe.fr**



Les Espaces Info Énergie, membres du réseau **FAIRE**, vous conseillent gratuitement pour diminuer vos consommations d'énergie.

Pour prendre rendez-vous avec un conseiller et être accompagné dans votre projet :



**www.faire.fr**

**0 808 800 700**

Service gratuit  
+ prix appel

CE GUIDE VOUS EST FOURNI PAR :



010522 | Janvier 2019

ISBN 979-10-297-1273-9



9 791029 171273 9