



Voici mes écogestes !

Suivez notre mascotte : l'éco-moine ! Et comme lui, faites les éco-gestes !

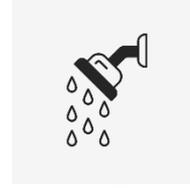
Salle de bain



Economiser l'eau

Sous la douche, pendant mon shampoing, mon savonnage et mon brossage de dents !

Je coupe mon robinet ! J'utilise le gobelet.



Une fuite ? je la signale !



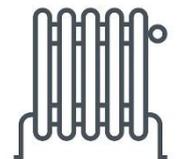
Economiser l'électricité

Tous les jours j'aère un peu ! J'éteins le chauffage, je ventile 5 minutes et je referme la fenêtre !

Je baisse la température de ma douche, des pièces. Je rajoute un pull sur ma robe de bure !



1 degré de moins c'est -7 % sur ma facture ! (source Ademe)



Je coupe le radiateur si je n'occupe pas la pièce



Arrêter le jetable

Gobelet réutilisable pour le rinçage des dents. Flacons savon-shampoing à remplir.

Vive le bon vieux gant de toilette de ma grand-mère, pour ma toilette, mon démaquillage !

J'arrête les disques démaquillant, les mouchoirs papier.



20 milliards de kleenex vendus en France par an ! Aussitôt jetés !

Moins de 19 % de matière recyclée dans 1 kleenex (Source Greenpeace)

Cuisine



Economiser l'eau



J'utilise le **mode ECO** du lave-vaisselle : c'est **10 litres seulement !**

Je remplis à **FOND le lave vaisselle** avant de le faire tourner car il y a 15 assiettes, 15 verres, 15 bols pour une famille de 6 soit plus de 3 repas !!

Je **coupe le robinet** de l'évier et je ferme la bonde pour le lavage des légumes, nettoyer un plat.



Une fuite ? je la signale !



Arrêter le jetable

C'est cool ! J'ai suffisamment d'équipements fournis pour me passer du plastique !



Pas de couverts en plastique ! pas de verres plastiques ! Interdits. Caution retenue.



Trier les déchets

3 bacs : le **compostable** (bac à compost sur évier), les **emballages valorisables** déchets plastiques **dans le sac jaune** sous évier avec notices (plastiques, metal, cartonnettes, pot yaourt, film étirable) et le sac noir (incinérables)

Compostable sur tas de fumier (voir plan) : épluchures fruits-légumes, marc de café, gras, os,

Sac jaune : cartonnettes, bouteilles plastiques de jus, soupe, boites métalliques

Verre : bac à part en apport volontaire en ville. Je bois, je trie, je recycle (je ne laisse pas mes déchets dans le gîte). Retenue sur caution.

Les Poules se feront un plaisir de pré-trier en mangeant : gras, crôutes de fromages, un peu de pain dur, graines.

Pas de coquille, pas d'épluchures. Ensuite le tas de compost vient faire reflleurir les massifs dehors.



Mais mon sac jaune roule dans les camions ! ça pollue et finalement c'est loin d'être valorisé ! Quelle culpabilité de consommateur !

Le verre est cassé, fondu et finalement peu revalorisé ! Quelle culpabilité de buveur !



Acheter local

La petite épicerie de Bessé sur Braye, Cocci Market a une vraie démarche de développement durable : laiterie du 72 (La Ferme du Bricoin à Thorigné sur Dué), légumes locaux ...

Nos marchés locaux :
Le samedi matin 8h à 12h, Bessé, place de l'Hotel de Ville
Le samedi matin 8h à 12h, Montoire sur le Loir, centre-ville
Le dimanche matin 8h à 12h, Saint Calais, place de l'Hôtel de Ville
Le mercredi matin 8h à 12h, Vibraye



Dans la grande distribution : choisir le moindre impact de sa nourriture

Je prends **un sac** à courses, **un panier** que je replace dans le gîte pour les suivants !

Salon



Economiser l'électricité

Je laisse la porte d'entrée fermée en déchargeant ma voiture l'hiver !



Je coupe les lampes si je ne suis pas dans la pièce.



Je coupe le radiateur si je n'occupe pas la pièce

Tous les jours **j'aère un peu** ! J'éteins le chauffage, je ventile 5 minutes **et je referme** la fenêtre !



Economiser la ressource bois

Le foyer fermé est pour l'agrément : **maxi 2 bûches à la fois** !
Le foyer ne chauffe pas la pièce, utiliser le radiateur électrique.

Je garde ma robe de bure : 19 degrés ça suffit avec un bon pull !



Le bois n'est durable que si on a prévu de replanter des arbres qui auront eu le temps de pousser. Utiliser les mèches naturelles, pas de produit, seulement **les bûches achetées ici.**

Journaux, cartons interdits. Pas de plastiques évidemment. **Caution conservée en cas de non respect.** (pollution et risque d'incendie par encrassement du conduit)