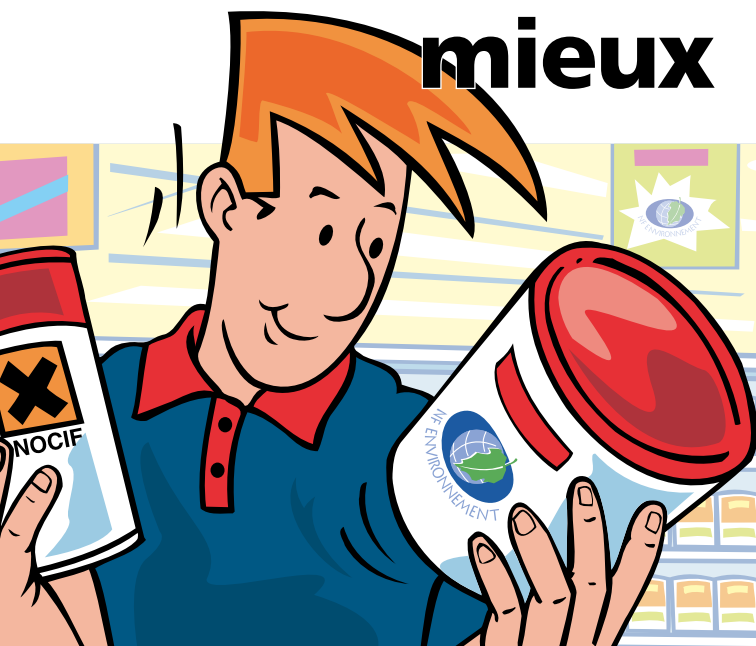


ECONOMIES D'ENERGIE  
**FAISONS VITE  
ÇA CHAUFFE**

RÉDUISONS  
VITE NOS DÉCHETS,  
ÇA DÉBORDE.

Devenir éco-consommateur,

# acheter et consommer mieux



LES ACTES D'ACHAT



# Devenir éco-consommateur, acheter et consommer mieux

## SOMMAIRE

- Comment acheter et consommer mieux ..... 3
- Éco-consommateur tous les jours ..... 4
- Chaque produit suit un parcours ..... 6
- S'y retrouver dans la jungle des logos ..... 8
- Pour bien choisir, les réflexes à acquérir ..... 17
- Vrai ou faux : en finir avec les idées reçues ..... 20
- Après l'achat, l'utilisation ..... 22
- Dernière étape : la poubelle ..... 23
- Un défi à relever : faire évoluer l'offre ..... 25
- En résumé ..... 27
- L'ADEME ..... 28

## GLOSSAIRE

**AFNOR CERTIFICATION** : organisme certificateur chargé par les pouvoirs publics de gérer en France les écolabels officiels.

**Auto-déclarations environnementales** : logos et autres déclarations environnementales issues d'initiatives privées d'entreprises, de groupements d'entreprises ou d'associations et émises sous leur propre responsabilité (par exemple, produit « rechargeable », « recyclable », « biodégradable », etc.), **sans vérification par une tierce partie indépendante**.

**Éco-produit** : tout produit qui génère moins d'impacts sur l'environnement tout au long de son cycle de vie par rapport à un produit similaire et de qualité équivalente.

**Label officiel** : marque officielle de reconnaissance de la qualité écologique des produits (labels officiels de l'agriculture biologique et écolabels). Pour les écolabels (NF Environnement et écolabel européen), ces marques offrent une double garantie : la qualité d'usage du produit et la limitation de ses impacts sur l'environnement.

**Labels privés** : labels issus d'initiatives privées d'entreprises, de groupements d'entreprises ou d'associations **avec vérification par une tierce partie indépendante**.

**Impacts environnementaux** : tout ce qui dégrade notre environnement, soit en utilisant des ressources non renouvelables (pétrole, charbon, plastiques, etc.), soit en entraînant des rejets néfastes (déchets, pollution de l'air, de l'eau et des sols).

# Comment acheter et consommer mieux

Tous les produits de consommation ont des impacts sur l'environnement. Tout produit a besoin de matières premières et d'énergie pour être fabriqué. Tout produit doit être emballé et transporté. Même s'il est plusieurs fois recyclé, tout produit ou emballage deviendra un jour un déchet.

**Mais certains d'entre eux, les éco-produits, sont plus respectueux de l'environnement que d'autres, avec des qualités identiques.**

**Agissez, car vous pouvez limiter vos impacts sur l'environnement :**

- par vos choix, en sélectionnant des éco-produits ;
- par vos comportements, en utilisant mieux vos produits ;
- par votre implication, en triant les emballages et les produits usagés pour qu'ils soient valorisés.

Comment identifier ces éco-produits ? Comment faire les bons choix ? Que signifient exactement les déclarations et les logos écologiques sur les produits ? Quels sont les points de repère à utiliser ? Ces éco-produits sont-ils forcément plus chers ? Plus respectueux de l'environnement ? Aussi performants ? Comment agir à votre niveau pour faire changer les choses ?

Pour vous y retrouver et pouvoir passer à l'action, plusieurs solutions s'offrent à vous : découvrez-les dans ce guide.

# Éco-consommateur tous les jours

■ Pour repeindre le salon, je peux choisir une peinture avec l'écolabel français « NF Environnement » ou l'écolabel européen : ils me garantissent sa qualité écologique.

■ Je dois acheter du papier-toilette, je vais choisir celui avec l'écolabel européen.

■ Ce réfrigérateur classe A++ consomme moins d'électricité que les autres. C'est facile à voir avec l'étiquette-énergie. Je ferai donc des économies tous les jours !

■ Choisir des fruits et des légumes locaux et de saison, c'est limiter la consommation d'énergie liée à leur transport et au chauffage des serres.

■ Pour faciliter le transport de mes achats et limiter l'usage des sacs plastiques, je pense à prendre mon cabas quand je vais faire mes courses.





■ Mon lecteur de DVD est en panne. Avant d'en acheter un autre, je vais essayer de le faire réparer au service après-vente de mon magasin.

■ Un si grand emballage pour ce stylo, est-ce bien utile ?

■ Un sac de 1 kg de riz, c'est mieux que 2 boîtes de 500 g : ça fera moins d'emballage.

■ Je préfère utiliser une lessive concentrée : il y a moins d'emballage.

■ En consultant l'étiquette énergie de cette voiture avant de l'acheter, je vois qu'elle consomme moins de carburant aux 100 km. Elle émet également moins de gaz à effet de serre dans l'atmosphère.

# Chaque produit suit un parcours

## Le cycle de vie d'un produit, qu'est-ce-que c'est ?

Le cycle de vie d'un produit, ce sont toutes les étapes entre la conception et l'élimination du produit à la fin de sa vie : depuis l'extraction des matériaux qui le constituent jusqu'à son élimination, en passant par sa fabrication, sa distribution, son achat et son utilisation.

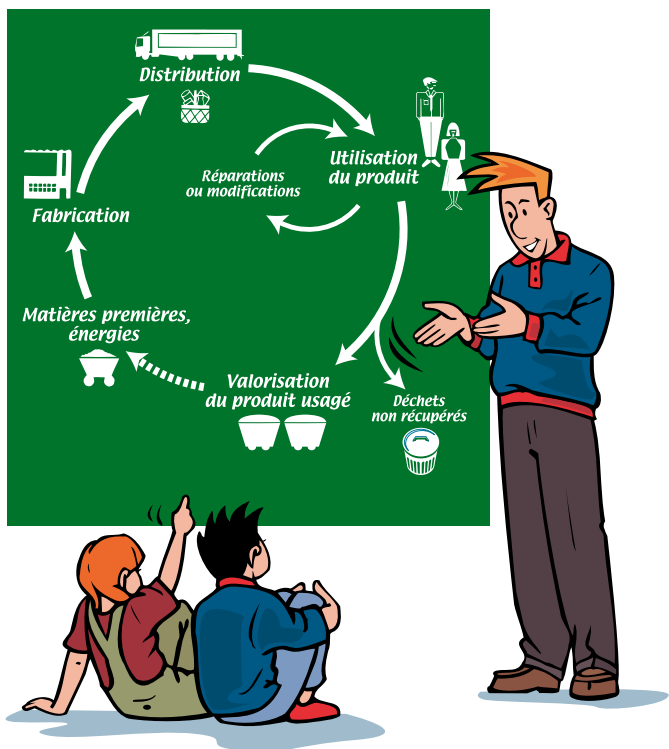
À chacune de ces étapes, tout produit peut générer des impacts sur l'environnement : épuisement des matières premières, consommation d'énergie, pollution de l'air, de l'eau, des sols, production de déchets.



*Achat, tri, recyclage, produit  
recyclé : quelques étapes du  
cycle de vie d'un produit.*

Encourager une diminution des impacts des produits sur l'environnement, tout au long de leur cycle de vie, c'est primordial.

Dans ce processus, le consommateur est un maillon essentiel. Depuis sa décision d'achat jusqu'à la fin de vie du produit, il peut agir pour contribuer à la qualité de l'environnement : être « éco-consommateur », cela commence dans un magasin, se poursuit à la maison ou sur le lieu de travail, et continue devant une poubelle et des bacs de tri.



## Éco-produits et éco-conception

Lorsque les industriels intègrent l'environnement dès la conception des produits pour créer des éco-produits, on parle d'éco-conception.

L'éco-consommateur, quand il choisit d'acheter des éco-produits, encourage les efforts d'éco-conception réalisés par les industriels.

# s'y retrouver dans la jungle des logos

Pour l'éco-consommateur, tout commence au moment de l'achat : comment reconnaître les produits qui minimisent leurs impacts sur l'environnement tout en conservant leurs performances ?

Pour acheter, un premier réflexe : lire les étiquettes. Elles peuvent vous aider. Mais voilà ! Écolabels, labels verts, etc. : à quels repères faire confiance ? Pour se retrouver dans ce labyrinthe, un petit décodage de la signalisation s'impose.

## À savoir

On peut diviser les logos «écologiques» en quatre catégories.

- les écolabels,
- les labels privés,
- les autodéclarations environnementales,
- les autres logos.

## Labels, autodéclarations environnementales, autres logos, que disent-ils ?

Les labels ou autodéclarations environnementales concernent le produit que vous achetez ou son emballage et parfois les deux. Ils vous renseignent généralement sur un aspect environnemental particulier, spécifique d'une étape du cycle de vie : l'emballage est recyclable, le produit est biodégradable, sa consommation d'énergie est faible...

Mais ils peuvent aussi indiquer que le souci de préserver au mieux l'environnement a été pris en compte pour les différents impacts et sur **l'ensemble du cycle de vie**



**du produit. C'est le meilleur des cas** : on est ainsi assuré qu'une amélioration isolée n'a pas des répercussions négatives par ailleurs.

Les écolabels français (NF Environnement) et européen sont conçus sur ce modèle.

## Les écolabels

### ■ NF Environnement et l'écolabel européen

Les deux écolabels les plus répandus en France sont **NF Environnement** et **l'écolabel européen**.



Mis en place par les Pouvoirs publics, **ils vous garantissent à la fois la qualité d'usage d'un produit et ses qualités écologiques.**

Pour obtenir un écolabel, le fabricant soumet son produit à un cahier des charges précis. C'est une démarche volontaire. Les produits doivent être conformes à des critères spécifiques à chaque catégorie de produits. Ils prennent en compte le cycle de vie du produit et différents types d'impacts environnementaux. Le respect des critères est contrôlé par un tiers **indépendant** (AFNOR Certification).

Des produits de grande consommation sont déjà porteurs des écolabels français (NF Environnement) et européen et chaque année, de nouvelles catégories viennent s'ajouter à la liste. En faisant savoir à vos commerçants que vous êtes demandeurs, l'offre augmentera progressivement.

Ces écolabels sont révisés tous les trois ans pour tenir compte des progrès technologiques et renforcer les critères.

## Exemples de catégories de produits et services pour lesquels les labels officiels sont disponibles

écolabel européen

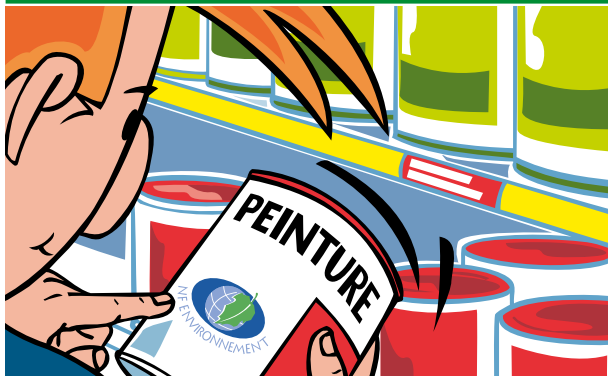


NF Environnement



<b>Appareils électriques et électroniques</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ampoules et tubes électriques</li> <li>- Ordinateurs personnels</li> <li>- Ordinateurs portables</li> <li>- Télévisions</li> </ul>	
<b>Produits d'entretien et hygiène</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Lessive</li> <li>- Nettoyants multi-usages et nettoyants pour sanitaires</li> <li>- Détergents pour lave-vaisselle</li> <li>- Liquide-vaisselle</li> <li>- Savons, shampoings et après-shampoings</li> <li>- Papiers absorbants et papiers-toilette</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Produits de nettoyage (non ménagers)</li> </ul>
<b>Équipement de la maison et jardinage</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mobilier en bois</li> <li>- Matelas</li> <li>- Amendements organiques</li> <li>- Milieux de culture (terre)</li> <li>- Peintures et vernis d'intérieur et d'extérieur</li> <li>- Pompes à chaleur</li> <li>- Revêtements de sol durs à base de bois ou de textile</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Peintures, vernis</li> <li>- Colles pour revêtement de sols</li> <li>- Filtres à café</li> <li>- Sacs cabas</li> <li>- Sacs poubelle</li> <li>- Litières pour chat</li> <li>- Composteurs individuels de jardin</li> <li>- Mobilier</li> <li>- Colorants universels et produits connexes</li> </ul>
<b>Papeterie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Papier graphique et papier à copier</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Enveloppes et pochettes postales</li> <li>- Cahiers</li> <li>- Colles de papeterie</li> <li>- Cartouches d'impression laser</li> <li>- Articles d'écriture</li> </ul>
<b>Habillement</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Produits textiles</li> <li>- Chaussures</li> </ul>	
<b>Lubrifiants</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Lubrifiants</li> </ul>	
<b>Tourisme</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Hébergement touristique (hôtels, gîtes, etc.)</li> <li>- Campings</li> </ul>	

Pour obtenir la liste complète actualisée des produits écolabellisés : [www.ecolabels.fr](http://www.ecolabels.fr)



## Dans d'autres pays aussi...

Des labels officiels ont été mis en place par exemple en Allemagne (« Ange Bleu »), dans les pays nordiques (« Cygne Blanc »), au Canada (« Choix Environnemental »)...



Ange Bleu



Cygne Blanc



Choix  
Environnemental

## ■ L'agriculture biologique et la marque AB

L'agriculture biologique constitue un mode de production **soucieux du respect des équilibres naturels** (absence de pesticides, d'engrais chimiques de synthèse, d'OGM, limitation des intrants, etc.) dont les exigences sont définies dans la réglementation européenne sur l'agriculture biologique. Par ailleurs, ce mode de production favorise la biodiversité et la vie des sols, la création d'emplois...

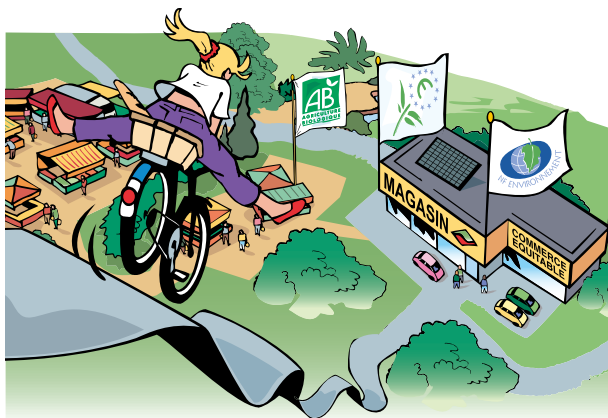
La mention d'un label officiel vous garantit qu'un produit est « issu de l'agriculture biologique » et composé d'au moins 95 % d'ingrédients issus



logo européen  
pour les produits  
biologiques



de ce mode de production. Il existe un logo européen pour les produits biologiques et en France la marque AB. Seuls les produits alimentaires peuvent bénéficier de ces deux certifications.



## Les labels privés : quelques exemples

Un label privé est issu d'initiatives privées (entreprises, associations...) avec vérification par une tierce partie indépendante.

➔ *Pour vous y retrouver, consultez le guide des labels sur [www.mescoursespourlaplanete.com](http://www.mescoursespourlaplanete.com) et le mini-guide des labels sur [ecocitoyens.ademe.fr/mes-achats](http://ecocitoyens.ademe.fr/mes-achats)*

### ■ La gestion durable des forêts

Différentes initiatives tendent à garantir que les produits à base de bois sont issus de **forêts gérées durablement**. Les deux initiatives les plus connues sont celles du FSC (Forest Stewardship Council) et du PEFC (Pan European Forest Certification).



Pour les meubles, pensez aussi aux écolabels, qui prennent en compte leur cycle de vie depuis les matériaux qui les composent jusqu'à leur recyclage ou leur élimination.

### ■ Le commerce équitable

L'objectif du commerce équitable est notamment d'assurer une juste rémunération du travail des producteurs et artisans les plus défavorisés et de garantir le respect des droits fondamentaux des personnes (refus de l'exploitation des enfants, du travail forcé, de l'esclavage, etc.).

Le **prix minimum garanti** permet de couvrir les coûts d'une production durable ainsi que le versement de la prime de développement pour la création d'écoles, de centres de santé, pour l'achat de terres, etc.

Des réseaux se développent : FLO (Fair Trade Labelling Organization), IFAT (International Fair Trade Association), EFTA (European Fair Trade Association), STEP, etc.

➔ *Pour plus d'informations, consultez le site [www.commerceequitable.org](http://www.commerceequitable.org)*

Certaines de ces organisations ou leurs membres délivrent des labels privés qui vous garantissent des produits ou des structures répondant aux standards internationaux du **commerce équitable** : par exemple Max Havelaar pour des produits surtout alimentaires

(café, thé, sucre, etc.) ou STEP pour des organismes du secteur textile...

## ■ Des vêtements plus respectueux de l'environnement

La culture et le traitement de certaines fibres peuvent être très polluantes : le coton occupe 4 % des surfaces agricoles mondiales mais consomme 25 % des pesticides.

Des labels peuvent nous aider à trouver des vêtements ayant moins d'impacts sur l'environnement et la santé. C'est le cas par exemple des produits certifiés Oeko-Tex reconnaissables au label « Confiance Textile ».

→ **Pour plus d'informations** sur le textile et l'environnement, rendez-vous sur le site de l'ADEME [ecocitoyens.ademe.fr/mes-achats/bien-acheter/textile](http://ecocitoyens.ademe.fr/mes-achats/bien-acheter/textile).

## Les autres étiquettes et logos

### ■ Les étiquettes-énergie, une garantie de sobriété énergétique

#### Pour l'électroménager et les ampoules

Mises en place par la Communauté européenne depuis 1995, les étiquettes-énergie vous guident et vous signalent les **appareils électroménagers** et les **ampoules économes**<sup>1</sup>.

Les classes A, A+, A++ rassemblent ceux qui offriront les meilleures performances en matière d'économies d'énergie. Ces différences de consommation sont loin d'être négligeables : la consommation électrique des appareils électroménagers peut varier du simple au quintuple. À chaque renouvellement des appareils, cela vaut la peine de s'en soucier.

Cette information est spécifique d'un aspect du cycle de vie des appareils : leur consommation lors de l'utilisation.

<sup>1</sup> vous trouverez les étiquettes-énergie sur les ampoules, les réfrigérateurs, les congélateurs, les lave-linge, les lave-vaisselle, les sèche-linge, les fours, les climatiseurs et les voitures. Aucun sèche-linge ne bénéficie d'une classe A ou B, car ce sont des appareils très gourmands en énergie.

En plus de vous renseigner sur les performances énergétiques de l'appareil, les étiquettes-énergie vous précisent ses caractéristiques (volume de stockage pour un réfrigérateur ou un congélateur, efficacité de lavage, d'essorage, capacité et consommation d'eau pour un lave linge, niveau de bruit lorsque l'appareil fonctionne, etc.).



## Pour les voitures

Lors de l'achat d'une voiture, il est possible de comparer les **consommations énergétiques** et les **émissions de CO<sub>2</sub>** des différents véhicules d'une même puissance. Consommer moins d'essence, c'est aussi produire moins de gaz à effet de serre.

Ces informations sont disponibles chez le vendeur ou sur le site de l'ADEME [www.ademe.fr/carlabelling](http://www.ademe.fr/carlabelling).

## Pour les logements

Pour tous les logements mis en vente ou en location, un **diagnostic de performance énergétique** doit être réalisé. Il s'accompagne de 2 étiquettes qui permettent de classer le logement : l'étiquette énergie qui situe sa **performance énergétique** et l'étiquette climat, fonction de ses **émissions de gaz à effet de serre**.

## ■ Le logo du recyclage : l'anneau de Möbius

Selon la norme ISO 14 021, l'anneau de Möbius est le symbole du recyclage.



Cette représentation du logo de Möbius signifie : « ce produit ou cet emballage est **recyclable** ».

Les produits qui l'arborent, ou leur emballage, sont **recyclables**. Mais attention, ils seront effectivement **recyclés** :

- si le système de collecte ou la filière de recyclage existent ;
- si vous respectez les consignes de tri.

Celle-ci signifie : « ce produit ou cet emballage contient 65 % de matières **recyclées** ».



## Les petits mots en «-able»

Quelle est la différence entre « recyclable » et « recyclé » ? Ou entre « biodégradable » et « biodégradé » ?

Le premier est une possibilité future («-able») et le second est une réalité («-é»). Bref, tout réside dans la nuance entre « réalisable » et « réalisé » !

## ■ Ne pas se laisser induire en erreur par des logos sans fondement écologique

■ Certaines auto-déclarations environnementales délivrent un message «écologique» sans fondement ou jouent sur une ambiguïté trompeuse :

- attention aux logos dont on ne connaît pas l'origine, accompagnés d'allégations vagues, imprécises, voire fantaisistes ;
- veiller à ce qu'un soi-disant logo environnemental ne fasse pas simplement état d'une obligation réglementaire que tous les producteurs doivent suivre. Si la déclaration environnementale ne correspond pas à un avantage environnemental effectif et spécifique du produit qui la porte, elle ne permet pas d'orienter les choix lors des achats. De telles déclarations risquent d'induire les consommateurs en erreur. Elles ne devraient donc pas figurer sur les produits.



■ Le **point-vert** signale que le producteur contribue financièrement à un dispositif (Éco-Emballages ou Adelphe) aidant les communes à développer des collectes sélectives des déchets d'emballage pour les valoriser.



On le trouve sur la quasi-totalité de nos emballages, **qu'ils soient recyclables ou pas**. Il ne présume donc pas du **recyclage effectif** de l'emballage qui le porte ni de celui du produit contenu dans l'emballage.

■ Les **symboles d'identification des matériaux** servent à identifier les matériaux lors du tri des produits usagés et de leurs emballages en vue d'en favoriser le recyclage. Ils ne présument donc pas du recyclage effectif du produit qui les porte.



Aluminium



Acier



PE - HD

Polyéthylène  
haute densité  
... etc.

## Les autodéclarations environnementales

Les autodéclarations environnementales sont volontaires et sont sous la responsabilité des entreprises elles-mêmes. Elles ne sont pas vérifiées par une tierce personne indépendante. Parmi ces autodéclarations, il y en a de bonne qualité... et de moins bonnes !

## Et bientôt un affichage environnemental

Le Grenelle Environnement demande que les produits de consommation courante (alimentaire, hygiène, nettoyage, textile, etc.) affichent des **informations quantitatives** sur les impacts environnementaux générés tout au long du cycle de vie par le produit.

L'**indicateur d'émission de gaz à effet de serre** (équivalent CO<sub>2</sub>) par ces produits est l'information obligatoire et commune à tous les produits concernés. L'approche étant multicritère, d'autres indicateurs pertinents par catégorie de produits seront également proposés (émissions de CO<sub>2</sub> et/ou impact sur l'eau et/ou impact sur la biodiversité, etc.). Afin de définir toutes les modalités d'application sur ce sujet, un travail collaboratif a été mis en place, regroupant l'ADEME, l'AFNOR, les distributeurs, les producteurs, les fournisseurs, les associations de consommateurs, les associations environnementales, etc.

Cet **affichage environnemental** donnera aux acheteurs de nouveaux éléments de comparaison entre produits pour des achats plus « verts ».



# pour bien choisir, les réflexes à acquérir

Pour trouver le produit le plus respectueux de l'environnement, il faut :

- user de bon sens, par exemple en se demandant si le produit que l'on achète ne peut être remplacé par un autre moins impactant, ou ne fait pas double emploi avec ce que l'on possède déjà...
- acquérir des réflexes au moment des achats.

## Les 12 réflexes à acquérir...

1. **Évaluez votre besoin** : ce produit n'est pas un gadget, je n'ai pas déjà ce produit à la maison...
2. **Privilégiez des produits portant des labels officiels** : NF Environnement ou l'écolabel européen,
3. **Achetez des produits issus de l'agriculture biologique,**
4. **Achetez des produits locaux et de saison,**
5. **Achetez des services plutôt que des produits** : louez une perceuse au lieu de l'acheter si vous ne devez l'utiliser que quelques fois,
6. **Respectez les doses d'utilisation des produits** : lessives...,
7. **Utilisez les produits jetables avec parcimonie,**
8. **Faites vos courses près de chez vous,**
9. **Préférez les cabas ou les paniers pour faire vos courses,**
10. **Choisissez les produits les moins emballés,**
11. **Réparez, donnez, vendez, ne jetez plus,**
12. **Achetez des produits d'occasion.**



*L'achat de produits ménagers sous forme de recharge contribue à réduire le volume des emballages.*

➔ **Pour plus d'informations**, consultez sur le site de l'ADEME [ecocitoyens.ademe.fr/mes-achats](http://ecocitoyens.ademe.fr/mes-achats).

**Pour acheter au bon moment**, plusieurs sites vous proposent des calendriers des fruits et légumes de saison :

[www.oivo-crioc.org/files/fr/3190fr.pdf](http://www.oivo-crioc.org/files/fr/3190fr.pdf)

[www.desfraisesauprintemps.org/posters.html](http://www.desfraisesauprintemps.org/posters.html)

[www.mescoursespourlaplanete.com/SaisonFruitsEtLegumes.php](http://www.mescoursespourlaplanete.com/SaisonFruitsEtLegumes.php)

## Pour les produits qui servent longtemps

Le poids de l'emballage a comparativement peu d'importance. Privilégiez pour ce type d'achat :

- la **durabilité** (durée de vie) pour les biens d'équipements ne consommant ni eau ni énergie durant leur utilisation (mobilier, etc.). Choisissez des produits **robustes** (grâce aux marques de qualité) ou **réparables** (dont les pièces détachées sont disponibles) ;
- les **consommations** d'énergie et/ou d'eau pour l'électroménager, les ampoules électriques, la tondeuse à gazon. Orientez-vous vers les appareils les plus **économés**.
- la **rechargeabilité**. De plus en plus de produits sont rechargeables : piles, lessive liquide, etc.

### Les bonnes idées méritent d'être suivies... jusqu'au bout !

- Si vous achetez un produit
  - durable**, gardez-le plus longtemps,
  - réparable**, réparez-le,
  - rechargeable**, rechargez-le.
- Il est prudent de **se méfier des coups de cœur** pour un produit très « mode ». Le sera-t-il encore l'année prochaine ? Si ce n'est pas le cas, la tentation sera forte de le remplacer, alors qu'il pourrait encore servir.
- Et quand vous faites vos courses, **allez près de chez vous** : en utilisant votre voiture, vous augmentez les émissions de CO<sub>2</sub>, principales responsables du changement climatique.



## À ne pas oublier avant d'acheter...

### ■ **Matières premières : limiter l'utilisation des matières non renouvelables**

C'est une action à votre portée :

- en privilégiant des **produits fabriqués à partir de matériaux recyclables** qui pourront redevenir une nouvelle matière première ;
- en favorisant les **produits à base de matières renouvelables**. Pour l'achat d'un produit en bois, choisissez les produits issus de forêts gérées durablement.

### ■ **Transports : diminuer les volumes transportés, assouplir les délais de livraison**

Ceci permet de limiter les impacts importants que les transports génèrent sur l'environnement. Agissez dans ce sens en choisissant :

- des **produits de nettoyage** (produits lessiviels, savons) **concentrés ou solides** afin de diminuer leur volume et donc le nombre de camions nécessaires à leur transport ;
- des **délais de livraison souples** afin de permettre aux distributeurs d'optimiser leur logistique et le remplissage de leurs camions : pour vos achats par correspondance, le «48 h chrono», c'est plus de camions sur les routes. Alors, est-ce vraiment si urgent ?



*La plupart des marchandises transite par camions. Ceci génère des impacts importants sur l'environnement : préférer des délais raisonnables peut concourir à l'utilisation de modes de transport moins polluants (rail, péniches,...).*

# vrai ou faux : en finir avec les idées reçues

## Les éco-produits sont plus chers

On ne peut dire d'un produit qu'il est plus cher qu'en le comparant avec un produit équivalent !

**Les éco-produits non alimentaires ne sont pas plus chers.** Ils réduisent la quantité de matière qu'ils utilisent pour être fabriqués et allègent donc leurs coûts.

Un produit de **meilleure qualité** et plus durable doit être changé moins souvent. Au final, il y a de grandes chances qu'il soit moins cher qu'un produit moins durable.

Un produit **économique à l'usage** (appareils électroménagers économes, lampes fluocompactes, ...) a une rentabilité à moyen ou long terme qui compense son prix d'achat plus élevé.

Les marques de distributeurs (grandes surfaces par exemple) proposent de plus en plus d'éco-produits à des **prix très concurrentiels**. C'est le cas par exemple des cahiers NF Environnement.

*Une ampoule fluocompacte coûte plus cher qu'une ampoule à incandescence.*

*Mais compte tenu des meilleures performances des ampoules fluocompactes (plus économes en énergie et d'une durée de vie en moyenne 8 fois plus longue), leur coût global d'usage est bien moins élevé que celui des ampoules à incandescence.*

*Ces dernières ne sont progressivement plus fabriquées et vont à terme disparaître de chez nos détaillants.*



**Les éco-produits alimentaires** issus de l'agriculture biologique étaient jusqu'à présent plus chers : **c'est à la fois vrai et faux**. Ils sont souvent plus chers à l'achat, mais proposent des produits différents (sans OGM, sans pesticides...) de ceux issus de l'agriculture traditionnelle. Et dans les magasins discount et les grandes surfaces, on trouve de plus en plus de produits biologiques parfois moins chers que des produits de marque connue. Certains éco-produits sont plus chers parce que **la demande de ces produits est encore faible**. C'est en les choisissant que l'on contribuera à développer le marché et à faire baisser les prix.

## Les produits écologiques sont moins efficaces

**C'est faux**, du moins en ce qui concerne les produits avec des écolabels officiels NF Environnement ou l'écolabel européen. En effet, la certification évalue non seulement la qualité environnementale, mais aussi la qualité d'usage du produit.

## Performances : ni trop, ni trop peu

**Bien définir ses besoins avant d'acheter évite de payer pour une «sur-performance» inutile** : un tracteur est superflu pour tondre une petite pelouse. Des qualités dont on n'a pas besoin ne sont plus des qualités.

Par ailleurs, **un produit «écologique» de mauvaise qualité n'est pas un éco-produit** : s'il ne répond pas à ce que le consommateur attend de lui, c'est un achat inutile, source de gaspillages.

**L'achat du produit est-il indispensable ?** Par exemple, si l'appareil à raclette ou la perceuse sont destinés à servir une ou deux fois par an, n'est-il pas préférable de les emprunter ou de les louer en cas de besoin?

# après l'achat, l'utilisation

## Une étape à franchir avec succès

L'utilisation fait aussi partie du cycle de vie du produit. Le comportement du consommateur à cet égard est aussi important que les efforts des concepteurs de produits et des différents acteurs intervenant à d'autres étapes du cycle de vie du produit (industriels, distributeurs, professionnels de la collecte et de la valorisation en fin de vie).

En débranchant votre ordinateur portable après l'avoir éteint ou votre chargeur de téléphone une fois celui-ci chargé, vous pouvez limiter considérablement leur consommation d'énergie.

**Lire les modes d'emploi** des produits donne des informations précises sur leurs conditions d'utilisation, leur nocivité éventuelle, les précautions à prendre pour les faire durer plus longtemps, les erreurs à éviter afin de les garder en état de marche.

**Respecter les doses conseillées** permet d'obtenir un résultat optimal en faisant des économies. Pour un produit plus efficace ou plus concentré, il faut réduire les doses utilisées (lessives, etc.).

**Entretenir régulièrement** (ou faire entretenir par un spécialiste) les matériels qui en ont besoin diminue les risques de panne et prolonge leur durée de vie.

→ *Pour en savoir plus, consultez le guide pratique de l'ADEME « Les équipements électriques ».*



# dernière étape : la poubelle

Les déchets non produits sont les plus faciles à traiter... La priorité de chacun est donc de réduire la quantité de déchets produite en adoptant les bons réflexes d'achat et les gestes appropriés.



Par ailleurs, grâce au tri des déchets, le consommateur peut également diminuer les impacts des produits sur l'environnement et poursuivre les efforts réalisés aux étapes précédentes... En recyclant, il peut même devenir un producteur de nouvelles matières premières !

→ **Pour en savoir plus**, consultez les guides pratiques de L'ADEME « **Les déchets des ménages** », « **Le compostage domestique** » et « **Les déchets dangereux des ménages** ».

## Le cas particulier du recyclage

Le recyclage évite que certains produits ne finissent dans une décharge ou un incinérateur. Après un traitement approprié, les déchets serviront de **matières premières** pour fabriquer de nouveaux produits.

Vous pouvez donc agir **en choisissant des produits ou des emballages recyclables et en effectuant le bon geste de tri.**

Le recyclage est une des solutions pour réduire le problème des déchets, mais il peut également, selon les matériaux (verre, plastique, papier, acier, aluminium, etc.), présenter d'autres intérêts : diminution de l'énergie nécessaire pour fabriquer de nouveaux produits, diminution des pollutions de l'air ou de l'eau...

## Du bon usage du tri des déchets...

Respecter les consignes de tri de votre commune est une condition essentielle pour que la collecte sélective fonctionne et que le recyclage soit possible :

- pour le **verre**, le **métal**, les **plastiques**, le **papier**, les circuits sont bien en place et le recyclage donne naissance à de nouveaux produits performants : avec le verre recyclé, on fabrique de nouvelles bouteilles, avec du papier recyclé, des journaux, avec le plastique recyclé, des tuyaux et même des pull-over, et avec le métal de nouveaux emballages ;
- les **déchets organiques** de la maison, compostés, pourront venir enrichir les sols. Dans certaines communes se met en place une collecte pour ce type de déchets. Composter dans votre jardin, c'est possible. Et il existe des composteurs « NF Environnement ».

## Votre poubelle...

n'est pas une poubelle !

Certains produits de consommation sont polluants, toxiques ou dangereux. Des filières de collecte adaptées à ce type de déchets ont été mises en place.



Des **points de dépôts** sont à votre disposition chez les commerçants ou dans les déchèteries pour les **piles usagées**, les **appareils électriques et électroniques**, les **ampoules basses consommations**, etc.

Pour les déchets dangereux comme les **peintures**, les **solvants**, les **déchets amiantés**, les **produits de jardinage** ou de **traitement du bois**, ils doivent être impérativement **apportés dans les déchèteries**.

Rapportez les **médicaments** non utilisés à votre pharmacie.



# un défi à relever : faire évoluer l'offre

## Des consommateurs exigeants

Éco-consommer, c'est être actif face au produit, au commerçant, au fabricant. Être exigeant, cela peut modifier l'offre.

Le consommateur doit faire savoir au commerçant qu'il veut des produits avec des écolabels officiels. S'il les demande, de plus en plus de fabricants chercheront à réduire les impacts de leurs produits sur l'environnement pour qu'ils puissent obtenir ces écolabels.

Par ses demandes et ses choix, c'est le consommateur qui peut faire évoluer l'offre des produits. Il n'est certes pas responsable de tout, mais ne peut non plus se dire responsable de rien.

## Des consommateurs informés

Avoir une idée précise du cycle de vie des produits peut éclairer les choix et orienter les décisions du consommateur. Les associations environnementales et les associations de consommateurs peuvent en cela être une mine de renseignements.





# en résumé...

■ **Il n'y a pas de produit sans impact sur l'environnement.** Tout ce que l'on achète utilise des matières premières et de l'énergie, produit des déchets et induit des pollutions : les modes de consommation actuels sont une des causes principales de la dégradation de l'environnement.

■ **D'abord, sachons reconnaître les produits plus respectueux de l'environnement :** c'est la première étape pour devenir un éco-consommateur.

Ensuite, **acquérons les réflexes pour bien choisir :** par ce biais, nous allons pouvoir réduire nos impacts sur l'environnement au quotidien.

L'important est l'amélioration continue : devenir éco-consommateur est un apprentissage progressif. Maintenant, à nous d'agir !

## Crédits

Photos : ADEME : (p.6bg : C. Weiss ; p. 6hd, 17, 23 et 24 : R. Bourguet ; p. 14 : O. Sébart ; p. 20 : S. Bonniol) ; Éco-Emballages p.6 (R. Renault : 6hg, B. Martinez : 6bd) ; Graphies p.19.  
Infographies : Graphies / Illustrations : Francis Macard

# L'ADEME

L'Agence de l'Environnement et de la Maîtrise de l'Énergie (ADEME) est un établissement public sous la tutelle conjointe du ministère de l'Écologie, de l'Énergie, du Développement durable et de la Mer et du ministère de l'Enseignement Supérieur et de la Recherche. Elle participe à la mise en oeuvre des politiques publiques dans les domaines de l'environnement, de l'énergie et du développement durable.

Afin de leur permettre de progresser dans leur démarche environnementale, l'agence met à disposition des entreprises, des collectivités locales, des pouvoirs publics et du grand public, ses capacités d'expertise et de conseil. Elle aide en outre au financement de projets, de la recherche à la mise en oeuvre et ce, dans les domaines suivants : la gestion des déchets, la préservation des sols, l'efficacité énergétique et les énergies renouvelables, la qualité de l'air et la lutte contre le bruit.

[www.ademe.fr](http://www.ademe.fr)



Pour des conseils pratiques et gratuits sur la maîtrise de l'énergie et les énergies renouvelables, contactez les Espaces **INFO → ÉNERGIE**, un réseau de spécialistes à votre service.

Trouvez le plus proche de chez vous en appelant le n° Azur (valable en France métropolitaine, prix d'un appel local) :

**0 810 060 050**

Ce guide vous est fourni par :



Siège social : 20, avenue du Grésillé  
BP 90406 - 49004 ANGERS cedex 01

