



## éco-consommation

### acheter «responsable» devient incontournable

Au total, les déchets alimentaires représentent chaque année en France, près de 1,2 million de tonnes, soit une perte de plus de 400 € par an et par foyer. À l'échelle mondiale, des études menées par la FAO (Food and Agriculture Organization) ou l'Institut de l'eau de Stockholm ont démontré que jusqu'à 50% de la production alimentaire est gaspillée, perdue ou jetée entre le champ et l'assiette. Voilà pour le constat. La chasse au gaspillage alimentaire est lancée et devient un véritable sujet de société. Par ailleurs, de plus en plus de consommateurs jugent que les produits et le packaging sont trop sophistiqués et que ce n'est pas utile et encore moins économique. La baisse du pouvoir d'achat est en partie liée à cette tendance et le consommateur est désormais en attente de sobriété. C'est pourquoi l'ensemble des marques et des gammes de produits, tendent à devenir «citoyennes» en se conformant à la Responsabilité sociale des entreprises (RSE). Un concept selon lequel l'entreprise intègre volontairement les préoccupations sociales, environnementales et économiques dans ses activités. Des enseignes comme Monoprix et Intermarché ont ainsi lancé des opérations «fruits et légumes moches» pour lutter contre les invendus. Le doggy bag cher au cœur des Américains devrait aussi se populariser.

### stop au «jetage» !

20 à 30 kg de nourriture jetés par an et par foyer. À l'échelle mondiale, des études menées ont démontré que jusqu'à 50% de la production alimentaire est gaspillée d'une façon ou d'une autre. Face à ce constat, un pacte «Anti gaspi» a été lancé en juin 2013 par le ministère délégué à l'Agroalimentaire. Son objectif est de réduire de moitié le gaspillage alimentaire en France d'ici à 2025. 28 signataires ont déjà rallié le Pacte national depuis son lancement, reflétant la forte mobilisation de tous les secteurs impliqués dans ce combat pour une société plus solidaire et plus responsable : collectivités territoriales, producteurs, marchés, acteurs de l'industrie agroalimentaire, de la grande distribution, de la restauration... A l'occasion de la journée nationale de lutte contre le gaspillage alimentaire, les participants ont l'opportunité non seulement de se mobiliser, mais aussi de faire connaître leurs actions anti-gaspillage, et de partager les bonnes pratiques.



### Trucs quotidiens pour éviter le gaspillage



Dans la vie de tous les jours, quelques gestes simples permettent à chacun de contribuer à la réduction de sa consommation énergétique. Avec les économies correspondantes sur les factures. Le chauffage représente plus des 2/3 de la consommation énergétique d'un logement. Pour réduire les dépenses d'électricité liées au chauffage, on peut régler son chauffage sur des températures plus basses mais confortables. Chauffer une pièce à 19°C au lieu de 20°C permet de diminuer la consommation d'énergie de 7 %. De même, pour réduire la climatisation, il est facile de baisser les stores pendant les grosses chaleurs et d'aérer la maison à la nuit tombée. Il est conseillé aussi de limiter la température de l'eau chaude sanitaire à 60°C et de préférer les douches aux bains. Autres petits trucs, utiliser les ampoules basse consommation qui nécessitent 4 à 5 fois moins d'énergie que les ampoules standard. Ou encore, laver son linge à 40°C nécessite 25 % d'électricité en moins par rapport au lavage à 60°C ; le programme «éco» du lave-vaisselle consomme 45 % d'électricité en moins par cycle ; éviter le sèche-linge économise 15 % de la consommation électrique annuelle. Enfin, consommer des fruits et légumes de saison. 1 kg de fraises d'hiver peut nécessiter l'équivalent de 5 litres de gasoil pour arriver dans notre assiette. Acheter de préférence des produits avec des logos environnementaux. Chacun de nous produit 590 kg de déchets par an. C'est deux fois plus qu'il y a 40 ans. Le premier geste est d'éviter les gaspillages, le second de trier les déchets.

### cosmétique bio

La cosmétique bio remporte un franc succès auprès d'utilisateurs soucieux de mieux consommer tout en respectant la nature. Pour proposer une alternative aux produits industriels dont les composés issus de la pétrochimie peuvent à terme avoir des conséquences sur la santé - développement de sensibilités aux produits chimiques (parabens, triclosan, phtalates,...) allergies - la cosmétique bio privilégie l'utilisation de substances naturelles plus respectueuses de la peau, du corps et de l'environnement. Pour faire son choix dans l'offre de produits cosmétiques bio, les labels (Ecocert, Cosmébio, Nature et progrès...) sont gages de qualité tant dans la conception et la fabrication des produits que dans leur composition : ingrédients d'origine naturelle et biologique non toxiques pour l'environnement,



**Sophie**  
Bio-esthéticienne

- > Beauté et bien-être au naturel
- > Soins du visage et du corps
- > Cosmétiques Bio
- > Modelages du monde

Uniquement sur rendez vous  
**06 81 24 49 40**  
à Pont-à-Mousson  
[www.bio-est-ethique.fr](http://www.bio-est-ethique.fr)  
esthéticienne diplômée d'état n°RM1395 396 187 00076

absence de tests sur les animaux, emballages recyclables... Les principaux ingrédients utilisés en cosmétiques bio sont les plantes, les argiles, les huiles végétales, les huiles essentielles, le miel. Des substances naturelles qui n'ont plus à prouver leur efficacité.

### La voiture électrique, c'est fantastique !

Le véhicule électrique n'est pas un prototype de plus que nous présentent les constructeurs lors de salons automobiles, ni une figure de style dévoilant un futur hypothétique des transports. S'il préfigure l'une des meilleures alternatives pour nos déplacements de demain, c'est avant tout un véhicule qui est utilisé depuis plus d'un siècle et dont des millions d'unités (tous véhicules électriques confondus) circulent tous les jours. Si le prix de la voiture électrique est souvent considéré comme son plus gros point noir face à ses concurrentes, il ne faut pas oublier les économies importantes qu'elle engendre pour son utilisateur. Qu'il s'agisse de son approvisionnement en électricité, de son entretien ou des frais d'assurance, la voiture électrique permet d'économiser de façon conséquente. L'alternative de la voiture électrique comme solution écologique face aux problèmes d'émissions de gaz à effet de serre des voitures thermiques passe donc par le développement d'infrastructures non polluantes de production d'électricité. Le coût kilométrique d'une voiture électrique est sans commune mesure avec celui d'un véhicule à essence. En heures pleines, pour 100 kilomètres, il faut compter entre 1,80 et 2,70 € et en heures creuses, le prix s'étale entre 0,70 et 1,80 €. C'est 7 fois moins que pour une voiture à essence. La valeur d'une voiture électrique se déprécie moins que celle d'une voiture à essence, en particulier en ce qui concerne la batterie que le temps et l'usage altèrent très peu. En d'autres termes, la dernière source d'économie d'une voiture électrique est le produit de sa revente. C'est d'ailleurs une des raisons pour lesquelles les constructeurs envisagent de plus en plus de conserver la propriété des batteries dans leurs formules de commercialisation.

