



# L'Isle-Adam

Ville parc • Ville numérique

Publié sur L'Isle-Adam (<https://www.ville-isle-adam.fr>)

[Accueil](#) > Gestes éco-citoyen

Chaque citoyen peut contribuer, au développement durable et à la protection de l'environnement en adoptant quelques gestes simples et éco-responsables.

**Voir aussi :**  
[Composteur](#)

## Les déchets

- Préférez les articles en vrac ou à la coupe, aux produits sur-emballés.
- Récupérez les déchets alimentaires et procurez-vous un composteur qui fera de ces déchets, du compost pour fertiliser votre jardin. Le syndicat TRI-OR propose des composteurs de jardin de 400 litres pour un tarif de 29.22 €, n'hésitez pas à contacter le syndicat au 01.34.70.05.60 ou par mail à [info@tri-or.fr](mailto:info@tri-or.fr) pour obtenir plus de renseignements. En appartement, vous pouvez acquérir un lombricomposteur (vers qui mangent tous les déchets alimentaires et les régénèrent en un lombricompost d'excellente qualité pour les jardinières).
- Et surtout, veillez à trier soigneusement tous vos déchets.

## Dans l'habitat

- 80% de la consommation énergétique de la maison est liée au chauffage et à l'eau chaude. Evitez de chauffer au-delà de 19°C, chaque degré en dessous de cette limite permet une économie de chauffage de 7%.
- Entretenez régulièrement votre chaudière ou votre chauffe-eau, vous réaliserez une économie de 15 à 20 %. Limitez la température du ballon d'eau chaude à 50 ou 60°C au lieu de 80°.

## À la cuisine

- Ne placez pas votre réfrigérateur ou congélateur près d'une source de chaleur. Ne pas pousser inutilement le thermostat : 1°C de moins = 5% de consommation d'énergie en plus. Dégivrez régulièrement : 5 cm de glace multiplient par 3 la consommation d'électricité.
- Lorsque vous cuisinez, posez un simple couvercle qui permet de diviser par 4 l'énergie nécessaire.
- Pour réchauffer un plat, préférez le four micro-ondes, il consomme 5 fois moins d'énergie qu'un four classique.
- Malgré un coût plus onéreux à l'achat, la plaque à induction est plus économe.

## Au jardin

- Récupérez les eaux pluviales pour de multiples usages (arrosage, lavage de voiture, etc.), vous réaliserez dans le même temps des économies

- d'eau.
- Privilégiez les insecticides biologiques. Renseignez-vous sur la nocivité de certains insectes car des plantes répulsives suffisent à éloigner certains insectes indésirables. Evitez les désherbants chimiques.

## **L'eau**

- Evitez de la laisser couler inutilement et vérifiez régulièrement l'état des robinetteries pour éviter toute fuite.
- Equipez vos robinets de mitigeurs et aérateurs qui limitent significativement la consommation.
- Installez un système de chasse d'eau à deux débits. Réduction d'environ 15 litres par jour pour un foyer de 2 personnes.
- Une douche rapide permet de consommer entre 25 et 100 litres d'eau au lieu de 250 litres environ pour un bain.

## **L'électricité**

- L'éclairage représente en général 10% de la facture d'électricité. Les ampoules à basse consommation d'énergie génèrent jusqu'à 80% d'économie.
- Eteignez vos appareils électroménagers plutôt que les laisser en veille.

---

**Source URL:** <https://www.ville-isle-adam.fr/article/gestes-eco-citoyen>