

Les 15 engagements

1- Remplacer 5 ampoules classiques ou halogènes par 5 ampoules économiques

Pourquoi changer d'ampoules ? Les ampoules à incandescence sont énergivores. 5% à peine de l'énergie utilisée est transformée en lumière. Le reste est perdu sous forme de chaleur. Si nous remplaçons toutes les ampoules à incandescence par des modèles économiques en Belgique, nous pouvons du jour au lendemain fermer une centrale à charbon. Les ampoules basse consommation sont plus chères à l'achat mais font diminuer votre consommation énergétique et votre facture.

Comment reconnaître une ampoule économique ?

Examinez l'étiquette énergie (obligatoire) : les ampoules économiques sont toujours de classe A ou B et celles à incandescence de classe E ou F.



Où trouver des ampoules économiques à Etterbeek :

- Brico Etterbeek, Cours St-Michel, 80 – 85, 1040 Etterbeek

tel.: 02/735.11.14, www.brico.be

- Nobel, rue des Champs, 10, 1040 ETTERBEEK

tel.: 02/648.05.94, www.deco-nobel.be

L'ampoule économique coûte plus cher mais a une durée de vie 10 fois supérieure à une ampoule classique. Il est conseillé d'utiliser les ampoules économiques dans les pièces de vie c.à.d. là où on utilise l'éclairage au moins 1 h par jour.

Attention au recyclage des ampoules économiques !

Les ampoules économiques ne peuvent pas être considérées comme des déchets ménagers classiques. Il faut les porter au parc à conteneurs ou les rapporter à votre commerçant lors de l'achat de nouvelles ampoules économiques.

2- Diminuer la température du chauffage de 1°C

Diminuer la température d'un degré dans votre logement ou lieu de travail représente une réduction de la facture de 6 à 7%. De 22 à 19°C on arrive même à 20%. Faites le test et voyez si votre famille constate la différence, si oui, expliquez votre démarche. Ainsi vous contribuez à réduire les impacts sur le réchauffement climatique et votre facture s'en trouvera allégée.

Pour d'autres conseils en énergie : 100 conseils pour économiser l'énergie.

(lien: http://www.ibgebim.be/uploadedFiles/Site/Particuliers/100conseilsEnergie_FR.pdf)

3- Eteindre la lumière dans les pièces inoccupées

Profitez de la lumière naturelle et éteignez les lumières inutiles lorsque vous quittez une pièce en tous cas si l'éclairage est fait de lampes classiques à incandescence. Eteindre des ampoules économiques ou des néons se justifie à partir d'une absence de 5 minutes.

4- Apposer un autocollant antipub sur la boîte aux lettres

Le meilleur déchet est celui qui n'existe pas. En posant un autocollant antipub sur votre boîte aux lettres vous diminuez la quantité de déchets d'environ de 2kg de déchets papier par mois. Sans compter l'eau, l'énergie, et les arbres que vous épargnez lors de la production du papier.

Où le trouver ? Sur simple demande au service Développement Durable de la commune d'Etterbeek. 02/627 27 73 agenda21local@etterbeek.be

5- Passer à un fournisseur d'électricité verte

Les énergies dites vertes ou propres émettent une quantité négligeable de polluants par rapport aux autres énergies. Les énergies utilisés sont : l'énergie solaire, l'énergie éolienne, l'énergie géothermique, l'énergie hydraulique, la biomasse...

Comment passer aux énergies vertes ?

1- *Vous choisissez un fournisseur d'électricité verte.*

Voici la liste des fournisseurs d'énergie verte à Bruxelles :

- Nuon Nature (www.nuon.be) Tel : 0800 92 902.
- Lampiris (www.lampiris.be) Tel : 0800 40 123,
- Electrabel vert
(www.electrabel.be/largecorporate/discover_electrabel/ebi_green_fr.asp)
Tel : 078 35 33 33

- Pour vous aider à choisir Greenpeace vous propose un classement :
(http://www.greenpeace.org/belgium/fr/electricite_verte/ranking)

- Pour comparer les prix proposés par les différents fournisseurs d'électricité et de gaz actifs en Région de Bruxelles-Capitale. (<http://www.brugel.be/Simulation/index.php>)

- Vous prenez alors contact avec ce fournisseur (par téléphone, en remplissant un formulaire en ligne, par e-mail ou par lettre), qui vous enverra un contrat à signer et lui retourner.

2- Une fois que votre nouveau fournisseur a reçu le contrat signé, il prend lui-même contact avec votre fournisseur actuel et se charge de toutes les formalités. Vous ne devez donc rien faire. Si vous avez déjà signé un contrat avec un nouveau fournisseur, vérifiez dans celui-ci quand et avec quel préavis il est résiliable. Il faut dans ce cas rompre le contrat vous-même, normalement par recommandé.

3- A la fin du délai de préavis (un mois dans la plupart des cas, vérifiez le contrat), le gestionnaire de réseau vous contactera pour effectuer le relevé de votre compteur. Sur base de celui-ci, votre ancien fournisseur vous enverra sa facture de clôture et la fourniture d'électricité par votre nouveau fournisseur débutera. Cette étape passera pour vous inaperçue : rien ne change au niveau du compteur ni de l'installation, et vous continuerez à recevoir de manière périodique les factures.
(source : www.greenpeace.org)

6- Remplacer deux fois par semaine la viande (et le poisson) par un substitut végétarien

Pourquoi réduire sa consommation de protéines animales ?

La consommation de viande est responsable pour +/- 20% des gaz à effet de serre et représente environ 50% de l'impact de l'alimentation sur l'environnement. Pour produire 1 kg de viande il faut presque 10 kg de végétaux et plus de 10.000 litres d'eau. Le Belge consomme en moyenne 270gr de viande par jour or les recommandations en matière de santé conseillent de consommer 75 à 100gr par jour. Diminuer sa consommation de viande est donc un bénéfice pour l'environnement et la santé.

Au niveau des poissons, la surexploitation des mers entraîne la raréfaction voire la disparition de certaines espèces. 75% des réserves mondiales de poissons sont en danger : c'est le cas du thon, du flétan, du cabillaud, du merlu, de l'espadon et de la sole. Il vaut mieux privilégier les poissons : crevette grise, esprot, grondin, hareng, huître, lieu noir, rouget de roche, silure, tilapia... et ceux arborant le label du Marine Stewardship Council (MSC)

Opter pour un substitut végétarien !

Il est donc conseillé de réduire la consommation de protéines animales. Vous trouverez les protéines végétales dans les céréales (blé, riz,...) ou dans les légumineuses (lentilles, sojas, pois chiches, haricots rouges, pois cassés,..)

Sur ces sites vous trouverez des idées de plats et de menus entièrement végétariens :

<http://www.recettes-vegetariennes.com>

<http://www.vegetarisme.fr/Recettes/index.php>

<http://www.cuisine-vegetarienne.com>

7- Remplacer le papier "normal" par du papier recyclé

On appelle recyclé un papier comprenant au moins 50% de fibres provenant de déchets de papier. Sa fabrication consomme moins d'eau, de bois et d'énergie. Avec le temps et les recherches technologiques, sa qualité s'est améliorée et convient parfaitement à votre imprimante ou à votre courrier manuscrit.

Les logos pour reconnaître le papier recyclé sont :



Magasins de photocopies à Etterbeek utilisant du papier recyclé

Prima copy : Rue de la Plaine 416, (situé à côté de la gare d'Etterbeek)

Copyland : Chaussée de Wavre 1051 (papier recyclé au même prix à partir de 100 copies)

Mais pensons aussi à utiliser du papier toilette, du sopalin ou des mouchoirs en papier fait avec du papier recyclé.

8- Cuisiner toujours avec un couvercle sur les casseroles et les poêles

La cuisson des aliments représente 6% de la consommation énergétique d'un ménage. En cuisinant, il est donc important de placer des couvercles sur vos casseroles : vos aliments cuisent plus vite, vous évitez ainsi d'importantes pertes de chaleur et économisez 50% d'énergie par cuisson.

Plus de conseils : Ma maison au quotidien, 100 conseils pour mieux vivre chez soi en respectant l'environnement, Réalisée par IBGE

(http://www.ibgebim.be/uploadedFiles/Site/Particuliers/100conseilsMaison_FR.pdf)

9- Effectuer les distances de moins de 5 km à vélo ou à pieds (deux trajets par semaine)

Plus de 30% des trajets urbains effectués en voiture font moins de deux kilomètres ! Or, lors de petits trajets, une quantité importante d'énergie est utilisée pour porter à bonne température les différents organes mécaniques et liquides de fonctionnement et non pour assurer le déplacement du véhicule. Ce prélèvement d'énergie explique les moindres performances enregistrées avec un moteur froid : surconsommation, pollution accrue, motricité limitée.

En heures de pointe le vélo est doute le moyen de transport le plus rapide. Prendre le vélo ou se déplacer à pied est une bonne solution pour la planète et pour garder la forme.

Pour tout renseignement concernant l'usage du vélo à Etterbeek, vous pouvez contacter les conseillers en mobilité de la commune. Tél. : 02/627 27 18 mobilite@etterbeek.be

Le plan des itinéraires cycliste sur Etterbeek est disponible :

http://www.etterbeek.irisnet.be/site/fr/plan/Files/plan_velo

Les magasins de vélos à Etterbeek

Bicycles shop, avenue du 11 novembre 66 tel 02/ 732 61 58

BMX shop, Rue de Mot 16,tel 02/ 231 06 93

Cycles-CYD, Avenue Eudore Pirmez 14, tel : 02/ 640 17 60

E-bike Center, Chaussée de wavre 295, tel : 02/644 52 05

J.O. Bikes, Rue Général Fivé 4, tel : 02/ 647 46 71

Pour trouver un vélo d'occasion : <http://www.provelo.org/spip.php?article455>

Autres infos sur le vélo à Bruxelles :

www.provelo.org : association qui veut promouvoir les déplacements et la découverte à vélo.

www.gracq.org: le GRACQ, c'est le **G**roupe de **R**echerche et d'**A**ction des **C**yclistes **Q**uotidiens.

L'objectif de l'association est de favoriser l'usage utilitaire du vélo.

http://www.fiets.irisnet.be/index_fr.htm : se déplacer à vélo dans Bruxelles

10- Utiliser le train ou le bus plutôt que la voiture dans mes déplacements quotidiens vers le boulot

Les modes de transport sont à l'origine d'un quart de notre empreinte écologique et d'un quart des émissions de gaz à effet de serre. D'autres moyens écologiques existent, utilisons-les!

Que faire à Etterbeek?

Combinons vélo et métro: les stations de métro d'Etterbeek possèdent toutes un parking à vélo.

Plus d'infos sur les transports publics : www.stib.be

Renseignez vous sur ce site si vous souhaitez renoncer à votre voiture et utiliser les transports publics, le vélo, la marche ou le carsharing et profiter de la prime Bruxell'air : <http://www.prime-bruxellair.be/homepage.php> (FR) ou <http://www.brusselair-premie.be/homepage.php> (NL).

Vous n'utilisez pas souvent votre voiture et avez des problèmes d'emplacement de parking mais vous souhaitez utiliser occasionnellement une voiture. Alors le système cambio est pour vous. Il y a 6 stations de voitures partagées à Etterbeek.

[Chasse/Jacht \(1040\)](#), Avenue des Casernes/Kazer

[Jourdan \(1040\)](#), Rue de l' Etang/ Rue Gray

[Merode \(1040\)](#), Porte de Tervuren

[Saint Pierre \(1040\)](#), Place Saint-Pierre 11-13

[Thieffry \(1040\)](#), Place du 4 Août/4augustus

[Van Meyel \(1040\)](#), Place Van Meyel/ Meyelpl.

Plus d'infos www.cambio.be

Almagic asbl propose des locations de vélos pour les personnes à mobilité réduite. Réservation au 0499/ 22.68.68. Adresse du dépôt 7 av des mimosas, 1150 Bruxelles.

11- Opter pour une conduite plus calme

La conduite souple ou l'écoconduite permet une économie de 20 à 40% de carburant.

Pour réduire votre consommation de carburant :

- Démarrez en douceur
- Passez rapidement au rapport de vitesse supérieur
- Evitez les accélérations et les freinages brusques
- Utilisez le frein moteur plutôt que la pédale de frein
- A l'approche d'un virage, ralentir en relâchant lentement l'accélérateur
- Coupez le moteur pour tout arrêt de plus d'une minute
- Vérifiez le gonflage des pneus
- Evitez les routes caillouteuses
- Ne chargez pas la voiture d'objets inutiles
- Limiter l'utilisation de la climatisation
- Pour les petits déplacements, préférer la marche ou le vélo à la voiture
- Surveillez les fuites de près (huile, essence...)
- Un entretien régulier de sa voiture fait diminuer la pollution (jusqu'à 20%) et sa consommation (jusqu'à 10%)

12- Une fois tout les 2 ans, je remplace mes vacances lointaines en avion par un voyage plus proche en train ou en voiture

Qui dit voyage lointain dit transport et souvent usage de l'avion. Or un avion émet 300 fois plus de gaz carbonique que le train (sur même distance). Un aller-retour jusqu'à New York équivaut à votre consommation d'une demie année.

Si nous ne pouvons éviter un voyage lointain pensons à la compensation carbone. De nombreuses associations ou organisations vous offrent la possibilité de compenser vos déplacements qui émettent du CO2. Vos émissions ne sont pas supprimées, mais votre compensation financière (sous forme de don) permet le développement de projet de développement durable dans les pays en développement. Voici quelques sites pour agir : <http://www.co2solidaire.org>, <http://www.atmosfair.de>, <http://www.compenCO2.be>, www.CO2logic.be.

13-Diminuer la quantité de déchets ménagers

Que faire ?

- 1- réduire : éviter les emballages, acheter moins mais mieux,
- 2- réutiliser : les sacs de courses, donner ses vêtements
- 3- recycler : trier ses déchets

1- Réduire

Le meilleur déchet est celui qu'on ne produit pas. Or nous produisons de plus en plus de déchets. Avec pour conséquence l'augmentation du nombre de décharges, des produits incinérés, d'émissions de polluants, de dépenses publiques pour la collecte des ordures...

L'une des plus importantes sources de gaspillage est le gaspillage alimentaire. Un bruxellois jette en moyenne 30kg de nourriture par an à la poubelle. Avec une meilleure organisation et un peu de créativité culinaire on peut éviter ce gaspillage.

www.quefaireavec.com

2- Réutiliser : donner une deuxième vie, don ou vente seconde main

- **Les petits – riens** pour les dons de vêtements, liste des dépôts sur Etterbeek : Coin boulevard Saint Michel / Rue Eudore Devroy, Place du Rinsdel, Avenue de L'ysler, Place Van Meyel, Square Marmi / Rue Gray, Square De Leopoldville, Place saint Antoine, Av de la cavalerie



- La boutique se situe Chaussée du Wavre, 826 ; tel 02/647 34 83 (Ouvert du lundi au samedi de 10h30 à 18h) <http://www.petitsriens.be/accueil.htm>

- **Oxfam solidarité** récupère des vêtements, des chaussures, des ordinateurs et des livres, leur adresse sur Etterbeek : Av. Jules Malou, 45, les horaires d'ouverture sont : le lundi de 14h à 18h et du mardi au vendredi de 11h à 18h. Ce magasin est spécialisé en livres, vêtements et brocante.

<http://www.oxfamsol.be>, Tel : 02 640 09 25

- **Troc international**, chaîne internationale de dépôts d'objets, meubles de seconde main, avec un service à domicile. Ouvert du lundi au samedi de 10h à 18h30.
Adresse : Avenue Hansen Soulie, 46-48
Tel : 02 732 34 56

- **Antiquité Brocante de la Chasse** : Dépôt Vente de meubles et d'Antiquité, ouvert du lundi au samedi de 10h30 à 19h. Adresse : Avenue de la chasse, 94A, Tel : 02 735 06 30

3- Recycler et trier ses déchets

- Pour les sacs blancs, une collecte à lieu deux fois par semaine
- Pour les sacs bleus et jaunes, le ramassage ne se fait qu'une fois par semaine.
Les horaires précis des jours de collecte sont disponibles à l'adresse Internet suivante :
http://www.etterbeek.irisnet.be/site/fr/demarches_administratives/environnement/dechets_liste_rues_htm

- Les déchets verts peuvent être apportés au point d'apport volontaire de la commune, situé avenue du 2^{ème} Régiment de Lanciers tous les dimanches à partir du mois d'avril jusqu'au mois de novembre, de 17h30 à 19h30. Une autre alternative est de faire du compost, soit dans son jardin pour ceux qui disposent de suffisamment de place, soit sur sa terrasse grâce à la technique du vermicompostage (utilisation de vers pour dégrader les déchets organiques) ou encore profiter des lieux de compostages collectifs
Information : Service Environnement de la commune d'Etterbeek, 02/627.27.65
IBGE, <http://www.ibgebim.be>
Inter-compost : Catherine Marechal, 02/2187595 ou catherine.marechal@ieb.be

-Les emplacements des bulles à verre sont disponibles à l'adresse Internet suivante :
http://www.etterbeek.irisnet.be/site/fr/plan/Files/plan_environnement

- Coins vert fixes
- Gb Brico : cours Saint-Michel
- Avenue des Volontaires
- Place du Roi Vainqueur



- Pour vos objets encombrants, ceux-ci peuvent être ramassés par Bruxelles-Propreté à raison de 2m³ tous les 6 mois par ménage(les m³ supplémentaires sont facturés 16€). Pour les commerces, bureaux et P.M.E. le coût du m³ est de 40€.
- Les piles peuvent être restituées dans les coins Bebat qui se trouve à l'hôtel communal ou dans les grandes surfaces.



Les bouchons de liège peuvent être déposés soit à l'hôtel communal ou au Magasin du monde Oxfam, 8 rue des champs

- Les déchets de construction peuvent être récoltés par sac de 20 kg (3€ le sac) ou par « big bag » de 1m³ (75€ le big bag). Pour des volumes plus importants, la location de conteneurs est possible (volume : 10, 17, 20 ou 26 m³)
- Les médicaments périmés sont repris en pharmacie
- Les cartouches d'encre et toners peuvent être remis à l'asbl Natagora, situé au 25 rue du Prince Royal, à Ixelles
- Les huiles et graisses de friture ne peuvent être vidées dans les canalisations (risque de bouchons) ou dans les égouts, elles doivent être rapportées aux Coins Verts communaux, aux déchetteries régionales ou aux Coins Verts mobiles.

14- Préférer la saveur des fruits et légumes bio et de saison et éviter les fruits et légumes cultivés en serre chauffées

Retrouvez le plaisir des saisons

Les rayons de magasins abondent de produits importés et donc de produits transportés sur de longues distances. Le transport et le recours à de procédés de conservation consomment bien plus d'énergie que des produits locaux de saison. Lorsque vous faites vos courses vérifiez l'origine du produit sur l'étiquette.

Le calendrier des légumes et fruits de saison

http://www.test-achats.be/dossiers/docPDF/calendrierfruit_front.pdf

<http://www.natpro.be/pdf/calendrier.pdf>

Un calendrier des légumes et fruits de saison peut être obtenu sur simple demande au service développement durable 02/627 27 73 , agenda21local@etterbeek.be

Légumes et fruits bio

Ceux-ci sont produits dans des conditions plus respectueuses de l'environnement (sans pesticides et limitant les engrais) et sont plus sains à la consommation. Le bio nécessite 20% d'énergie en moins et réduit de 30% les émissions de gaz à effet de serre

Vous souhaitez combiner produits bios, de saisons et qui sont produits par de petits agriculteurs locaux ?

La meilleure solution est d'opter pour l'abonnement à un panier bio. La ferme d'économie sociale Den Diepen Boomgaard propose un panier contenant légumes, fruits et pain. Celui-ci est livré chaque mercredi entre 14h et 18h à la Maison de quartier Chambéry. (Réservation préalable au 02/270.00.35)
www.diepenboomgaard.be

Les magasins bio à Etterbeek:

La Saga, Avenue de la Chevalerie 9, tel : 02 734 40 98, ouvert du lundi au vendredi de 10h à 20h et le samedi de 10h à 18h. <http://www.proximedia.com/web/lasaga.html>

La Saga propose des produits frais et secs, des produits laitiers et des produits naturels, des pat végétariens et des plats à emporter.

Les jardins de Provence, rue Bâtonnier Braffort 5, tel 02 733 90 94 ; ouvert du lundi au samedi de 10h à 18h.

Les jardins de Provence est un magasin d'alimentation naturelle avec des produits frais et secs, des produits diététiques, des cosmétiques...

Natura Diététique, rue Général Fivé 15, tel : 02 644 17 33.

Natura Diététique est un magasin d'alimentation naturelle, il nous propose des produits frais et secs, ainsi que des cosmétiques et des produits bio.

I 'Essence-ciel, Avenue de l'armée 13, tel 02 732 87 02.

L'Essence ciel est un magasin d'alimentation naturelle, avec des produits frais et secs.

EXKI, rue des Tongres 15, tel : 02 733 91 59, ouvert du lundi au samedi de 8h à 19h. EXKI nous propose un service de restauration rapide base de produits frais et parfois biologiques. (Attention aux emballages).

Le Pain quotidien, rue des Tongres 71-76, 1040 Etterbeek. Tel. : 02 733 38 97. L'ensemble de la gamme de pain est fabriqué à partir d'ingrédients issus de l'agriculture biologique.

Des produits bio sont aussi disponibles dans les grandes surfaces (GB, Colruyt, Delhaize...);

Un supermarché bio en dehors de Bruxelles: Bioplanet, www.bioplanet.be. Pour allier confort et protection de l'environnement, allons sur le site et commandons en ligne ! Adresse : Ninoofsteenweg 554, 1701 Dilbeek. Tel. : 02 582 69 87.

15- Installation d'une chasse d'eau économique

Remplacer la chasse d'eau par une chasse économique à deux boutons.

En moyenne, 43 litres d'eau sont consacrés à la chasse d'eau tous les jours (36% de la consommation). Remplacer son ancienne chasse d'eau par une nouvelle à double bouton permet de faire des économies. Si la famille compte 4 personnes, l'investissement (+/- 100€) sera amorti en un an seulement.

Il n'est pas toujours nécessaire d'investir dans un réservoir à double bouton. La plupart des chasses d'eau modernes sont munies d'une manette avec laquelle on peut interrompre le largage de l'eau. On peut ainsi estimer soi-même à chaque utilisation la quantité d'eau nécessaire. Mais c'est assez approximatif.

Le truc qui ne vous coûte rien si vous ne disposez pas d'une chasse d'eau à deux boutons. Ouvrez le réservoir d'eau et insérer un volume, celui qui semble être de trop, (par exemple en remplissant une bouteille en plastique d'un litre et demie d'eau du robinet ou en prenant une brique). Vous plongez ce volume dans le réservoir. Ainsi à chaque fois que vous tirez la chasse vous épargnez ce volume d'eau.

Les toilettes modernes ont des cuvettes profilées spécialement pour consommer moins d'eau. 4 litres sont suffisants pour rincer la cuvette après des grands besoins et seulement 2,5 l sont nécessaires pour les petits pipis. On épargne ainsi 30 m3 (71€) d'eau par ménage moyen et par an.

Vous pouvez installer sur une chasse existante un double bouton. C'est très facile et bon marché. Le kit coûte environ 7€. Malheureusement, ils ne sont pas disponibles pour tous les modèles de chasse.