**Suggestions pour la liste de vérification du style de vie écologique de VIVAT**

**Ajoutez les points qui correspondent à votre situation !**

**A la maison**

* Ne pas utiliser de produits à usage unique, en particulier de plastique.
* Pour l’utilisation quotidienne des sacs en plastique, utilisez des sacs biodégradables.
* Éteignez les lumières, les ordinateurs, les téléviseurs et les appareils lorsqu'ils ne sont pas utilisés.
* Débranchez les téléphones portables et ordinateurs portables lorsque vous ne les utilisez pas.
* Réduire, réutiliser, recycler pour un style de vie moins coûteux.
* Mettez les factures d'électricité, d'eau, de gaz, etc. sur le tableau d'affichage de votre communauté.
* Imprimez seulement si nécessaire. Imprimez des deux côtés du papier.
* Réglez votre thermostat plus bas en hiver et votre climatiseur plus haut en été.
* Donner ou recycler des vêtements ou des appareils usagés.
* Gardez les rideaux fermés la nuit pour réduire les pertes de chaleur.
* Installez des panneaux solaires pour l'électricité ou l'eau chaude.
* Supprimez de la liste de diffusion les catalogues et indésirables.

**Dans la cuisine, salle de bain et buanderie**

* Installez un poêle à économie de carburant là où les gens utilisent du bois de chauffage.
* Fermez le robinet en vous brossant les dents.
* Recueillez l'eau du linge pour nettoyer les sols et tirer la chasse d'eau.
* Apportez votre bouteille d'eau, n'achetez pas d'eau en bouteille.
* Filtrez l'eau du robinet pour la boire.
* Utilisez le micro-ondes au lieu du four.
* Utilisez des savons et des nettoyants respectueux de l'environnement.
* Lavez le linge à l'eau froide. Exécuter uniquement des charges complètes.
* Gardez le filtre de la sécheuse propre. Suspendez les vêtements à sécher si possible.

**Dans la cour**

* Planter des arbres et des légumes.
* Récupérez l'eau de pluie à utiliser pour arroser le jardin.
* Utilisez du compost et des engrais naturels au lieu des produits chimiques.

**Au magasin**

* Ne prenez pas de sacs en plastique. Apportez votre propre sac.
* Achetez des produits fabriqués localement dans la mesure du possible.
* Achetez des articles fabriqués à partir de matériaux recyclés.
* Achetez des produits équitables et durables. (voir ci-dessous)

**Sur la route**

* Marcher ou faire du vélo pour les courts trajets.
* Utilisez les transports en commun.
* Gardez vos pneus correctement gonflés.
* Conduire un véhicule hybride ou à kilométrage élevé.
* Prenez des vols directs au lieu de vols de correspondance si possible.
* Lorsque vous voyagez, baissez votre thermostat et votre chauffe-eau

**Vie sociale**

* Participer aux élections

Cette liste a été faite en référence à « La liste de contrôle mensuelle » par SMEAD.

Pour plus d'informations, visitez : <https://www.un.org/sustainabledevelopment/fr/takeaction/>

Logos commerce équitable, produits durables :



Pour plus d'informations, visitez : <http://www.ecolabelindex.com/>