



Happy Home Wallet

Un guide qui vous aide à
économiser vos
ressources

Happy Home Wallet

Happy Home Wallet

Comment changer vos habitudes de consommation?	4
Comment économiser nos ressources quotidiennes: l'eau	6
Comment économiser nos ressources quotidiennes: l'énergie.....	8
Comment économiser nos ressources quotidiennes: Alimentation.....	10
Comment éviter le gaspillage et comment recycler?	12
Comment recycler?	14
Comment puis je maintenir un budget équilibré?.....	16
Contributeurs.....	18

Comment changer vos habitudes de consommation?



Il n'y a pas de recettes pour rendre vos habitudes de consommation plus durable. La complexité requiert d'analyser chaque cas suivant le temps.

Il est nécessaire de toujours être prêts à changer: examinez en permanence ce qui peut être plus durable.

1. Identifiez la structure de votre consommation: type de produit, quantité, prix, pour ce que vous dépensez le plus.
2. Étudiez vos dépenses
3. Contrôlez la quantité d'énergie de votre maison pour l'éclairage, le chauffage, les appareils électroménagers
4. Utilisez footprint calculators
5. Considérez la chaîne des déchets et comment les déchets sont retraités?

Comment économiser nos ressources quotidiennes: l'eau

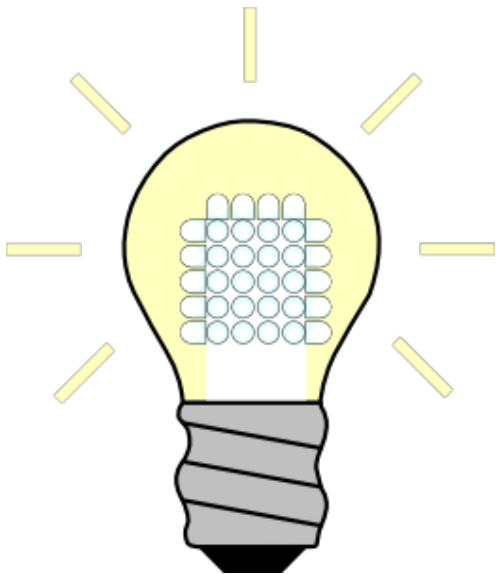


Déjà aujourd'hui, il y a de nombreux conflits soulevés par le manque d'eau causée par la population d'un monde en augmentation, un secteur agricole en croissance et un niveau de vie élevé de personne ayant des piscines, arroseurs de pelouse, lave-vaisselle, etc.

Comment économiser l'eau?

1. Évitez les plantes qui ont besoin de beaucoup d'eau
2. Utilisez le lave-vaisselle / lave-linge seulement quand ils sont pleins.
3. Fermez le robinet pendant que vous vous rasez et vous vous brossez les dents.
4. Prenez des douches plutôt que des bains
5. Recueillez l'eau de pluie pour l'irrigation des plantes.

Comment économiser nos ressources quotidiennes: l'énergie



Les états de l'UE sont les plus grands importateurs d'énergie au monde - 55% de l'énergie est importée, principalement le pétrole (84%) et le gaz (64%).

Comment économiser de l'énergie?

1. Utilisez la climatisation seulement dans les chambres ou vous dormez
2. Baissez la température pendant la nuit
3. Baissez le thermostat dès que vous quittez la maison
4. Éteignez la lumière quand vous quittez la pièce
5. Utilisez des lampes à économie d'énergie ou les ampoules LED
6. Remplacez l'ancien équipement par des unités de faible énergie en consommation
7. Évitez mode stand-by
8. Débranchez les chargeurs de batterie

Comment économiser nos ressources quotidiennes: Alimentation



79 millions de citoyens de l'UE vivent en dessous du seuil de pauvreté, 16 millions de citoyens de l'UE dépendent de l'aide alimentaire, alors que 89 millions de tonnes de nourriture sont gaspillées par an dans l'UE-27 (179 kg / habitant)!

Comment économiser de la nourriture?

1. Planifiez vos achats
2. Utilisez vos restes
3. Se servir et manger de petites quantités
4. Faites attention aux dates d'expiration
5. Cultivez vos propres herbes, fruits, légumes
6. Préparer des repas et des boissons par vous-même
7. Vérifiez si la température de votre réfrigérateur est approprié
8. Soyez locavore!

Comment éviter le gaspillage et comment recycler?



Quoi que nous fassions, nous produisons des déchets. Pour encore avoir une bonne qualité de vie, nous devons changer notre façon d'utiliser nos ressources, en tant qu'individu et en tant que société.

Comment éviter le gaspillage?

1. Réfléchissez si vous avez besoin du produit avant d'acheter.
2. Ne pas acheter des produits emballés
3. Utilisez vos propres sacs et emballages lors de l'achat et pour les voyages,
4. Choisissez les produits qui sont réutilisables, ou rechargeables plutôt que des articles à usage unique
5. Retransformer et convertir les déchets inutiles ou produits dans de nouveaux circuits
6. Entretenir et réparer vos matériels au lieu de les remplacer

Comment recycler?



Le recyclage correspond à toute opération de valorisation par laquelle les déchets sont transformés en produits, matières ou substances aux fins d'origine ou d'autres. Il comprend également le retraitement des matières organiques. Il n'inclut pas la récupération d'énergie ou le retraitement du combustible ou matériau de remplissage. Les déchets doivent être triés au sein de différents types de matériaux, tels que le papier, plastique, verre, cartons, les déchets organiques, piles et accumulateurs, les déchets électroniques, les métaux. La meilleure façon pour le tri des déchets est à faire à son origine, : dans votre domicile ou bureau, alors il peut être enlevé et mis dans un récipient municipale après.

Comment puis je maintenir un budget équilibré?



Lors de la création de votre budget, il est important de collecter les données de plusieurs mois. Vous pouvez le faire par un tableau simple ou via des applications en ligne ou mobiles.

1. Notez tous vos flux de trésorerie
2. Gardez une trace claire de ceux ci.
3. Identifier d'autres sources de revenus
4. Déterminer quelles sont les dépenses obligatoires et les quelles peuvent être évitables
5. Améliorez vos flux et déterminer des objectifs d'épargne.

Alors qu'il est bon de stopper le stress ,de prendre du retard sur les factures, pensez à profiter de la vie aussi. Il est logique de modifier vos modes de consommation afin d'équilibrer votre budget.

Contributeurs

- Cramars, Italie <http://www.coopcramars.it>
- Kahramanmaras, Turquie <http://kmaras.meb.gov.tr/>
- cocoate.com, France <http://cocoate.com>
- Center of Monitoring, Tchéquie <http://www.centrummentoringu.cz/>
- Globalnet, Pologne <http://globalnet.com.pl>
- Municipio de Oliveira, Portugal <http://cm-oaz.pt>
- e-code, Slovaquie <http://www.e-code.sk>
- MKM consulting, Hongrie <http://www.mkmconsulting.hu>
- Scuola Universitaria, Suisse <http://supsi.ch/dfa>

Happy Home Wallet

Ce guide a été créé au sein du partenariat européen d'apprentissage "Happy Home Wallet" de 2013 à 2015.



Lifelong
Learning
Programme

Ce projet a été financé avec le soutien de la Commission européenne. Cette publication n'engage que son auteur et la Commission n'est pas responsable de l'usage qui pourrait être fait des informations qui y sont contenues.