

07/12/24

Caen

Dans l'éco-appart, on apprend les bons gestes

Depuis treize ans, au cœur du quartier de la Grâce-de-Dieu, un appartement est un outil pédagogique : il permet de sensibiliser aux écogestes du quotidien.

L'initiative

Sur le lit, un serpent en peluche semble attendre son jeune propriétaire. Dans le couloir, les étagères débordent de produits ménagers et au bord du lavabo de la salle de bains, le savon est prêt à être utilisé. Un appartement somme toute banal, qui pourrait bien être celui de Monsieur et Madame Tout-le-Monde.

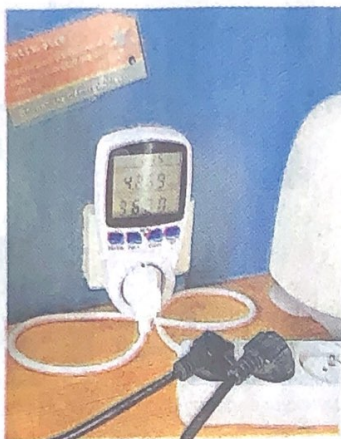
Pourtant, personne n'habite ce chaleureux F4 de 60 m² perché au cinquième étage d'un immeuble de la Grâce-de-Dieu. Sorte de logement témoin, cet appartement est le théâtre de formations hebdomadaires assurées par le CPIE (Centre permanent d'initiatives pour l'environnement) et d'autres organismes pour mettre en valeur les écogestes du quotidien.

« Nous sommes locataires depuis treize ans, l'appartement appartient à Caen-la-Mer habitat, précise Sandrine Corre, responsable de l'éco-appart pour le CPIE. Il est utilisé par une trentaine de structures pour faire de la sensibilisation. »

Des astuces dans chaque pièce

Objectif recherché entre ces quatre murs ? Rendre concrets les petits gestes économiques et écologiques du quotidien. « Le sujet, c'est vraiment l'écocitoyenneté à la maison, avec trois entrées que sont le budget, la santé et l'environnement, résume la responsable. S'il y avait un message clé ici, ce serait de dire que faire soi-même, ça coûte moins cher, c'est mieux pour sa santé, mais aussi pour l'environnement. »

Face aux groupes qu'elle accueille, Sandrine Corre distille ses bons conseils. À chaque pièce ses astuces pour moins et mieux consommer. De



Le wattmètre mesure la puissance et la consommation d'un appareil électrique.

(PHOTO : OUEST-FRANCE)

la peluche à la commode en passant par l'éponge, le réfrigérateur ou la télévision, chaque objet est prétexte à discussion.

Au bout du couloir, dans la chambre d'enfant, on apprend par exemple à se préserver des polluants domestiques. « Il faut aérer son logement entre cinq et dix minutes, au moins deux fois par jour », rappelle la responsable.

Pourquoi ? Eh bien parce que l'air intérieur est deux à cinq fois plus pollué que celui de l'extérieur, « alors qu'on y passe 80 % de notre temps, relève Sandrine Corre. Il faut aérer quand on a des objets qui sentent le neuf, parce que c'est plein de polluants chimiques, le faire après le ménage, quand on a reçu du monde... »

Comment faire des économies d'énergie ?

Côté salle de bains, on sensibilise au zéro déchets avec des produits d'hygiène solides ou faits maison.



Sandrine Corre, responsable de l'éco-appart pour le Centre permanent d'initiatives pour l'environnement (CPIE).

(PHOTO : OUEST-FRANCE)

« J'invite également les gens à faire attention aux étiquettes pour éviter les perturbateurs endocriniens. Plus la liste des ingrédients est longue, plus il faut fuir. Certaines applis peuvent aider à y voir plus clair, comme celle de l'UFC-Que choisir : QuelProduit. »

Dans la cuisine, on parle tri des déchets et économies d'énergie. « Les grands messages par rapport à l'électricité, c'est couper les modes veille, débrancher quand ça ne sert pas, bien utiliser ses équipements pour préserver leur durée de vie, liste la spécialiste. Pour le réfrigérateur, par exemple, il ne faut pas mettre de plats chauds à l'intérieur, éviter l'ensoleillement direct et le dégivrer régulièrement parce que

5 mm de givre double la consommation d'énergie. »

Mousseur sur les robinets, peinture maison à la pomme de terre, gommage au marc de café ou bicarbonate de soude pour désodoriser son frigo... Sandrine Corre ne manque pas d'astuces. « Tout cela marche bien parce que ce sont des choses simples à tester. Nous, on donne l'élan et si ça convient aux gens, ça devient une habitude », synthétise-t-elle.

Tiphaine LE BERRE.

Éco-appart du CPIE, rue Paul-Langevin à Caen. Deux visites sont organisées tous les mois pour les individuels, tél. 02 31 30 43 27. Pour les groupes, contacter le 02 31 50 10 59