

the DAILY PLANNER

goals

- Vivre une vie plus respectueuse de l'environnement
- Boire plus d'eau
- Réparer vélo
- Abaisser empreinte écologique

06:15 Se lever...

07:15 Coupe menstruelle ou serviette hygiénique ?

Chaque serviette
consomme env. 6,7 Wh.

Par an = 1742 Wh =
1,7 kWh (260 serviettes)

Chaque coupe consomme
env. 2,01 Wh. Elle peut
néanmoins être utilisée
pendant trois ans...
Par an = env. 0,69 kWh

07:30 De la maison au bureau à vélo.

08:00 Entrebâiller la fenêtre ou aérer par à-coups ?

Une fenêtre entrebâillée
entraîne une perte
d'énergie d'env. 1500 kWh
par an.

À l'inverse, aérer quelques
minutes plusieurs fois
par jour n'entraîne qu'une
perte de 1200 kWh par an.

09:00

Quelle quantité d'énergie et de CO₂ peut-on économiser en apportant seulement quelques modifications à notre vie quotidienne ? Les élèves de la classe 20d du gymnase de Hofwil ont planché sur la question.

L'organisateur journalier fournit une nouvelle base qui permet de prendre les décisions quotidiennes d'un point de vue climatique. Il vise à sensibiliser les lecteurs à l'énergie grise générée par certains comportements. Nous pouvons dès à présent lutter au quotidien contre la crise climatique*. La réussite se cache parfois dans les détails. De petites modifications permettent déjà de réduire ses propres émissions de CO₂. Il est

10:00 --STAY HYDRATED--

10:30

11:00

12:30 Réchauffer un plat au four ou au microondes ?

Réchauffer le repas du midi/soir au microondes.
= env. 0,01 kWh

Réchauffer un plat au four
= env. 0,39 kWh
Soit près de 40 fois plus !

13:00 - Grève climatique -

14:00

15:00

16:00 Aller faire ses courses...

17:00 Réparer vélo ! STAY HYDRATED!

18:00 Préparer souper...

19:30 Vaisselle

20:00 SOIRÉE CINÉ avec AMIS !!!

1h DVD = 12 MJ = env. 3,3 kWh
Du fait de l'emballage et du transport, la consommation d'énergie est plus élevée que celle d'un film en streaming.

1h de streaming = 3,7 MJ
= env. 2,2 kWh

22:00

23:00 Zzz...

Liste de courses :

- Serviette coupe
- Souper
- Pneu de vélo
- Popcorn

très important de ne pas « donner de leçons de morale » dans ce genre de situation. Nous ne voulons pas dénoncer des coupables en matière de climat ni dicter à quelqu'un comment il doit vivre. Que chacun fasse ce qu'il peut, l'essentiel est d'avoir conscience de l'importance de cette thématique et de ses conséquences.

* À dessein « crise climatique », car changement est trop gentil. Nous vivons une crise climatique et devrions la traiter comme telle.

Sources :
<https://bit.ly/2Wii9XE> <https://bit.ly/2U3WKYx>
<https://bit.ly/20mhWUv> <https://bit.ly/2WmhtV5>