

ECO

GUIDE DE L'ÉTUDIANT

DUNKERQUOIS



SOMMAIRE



INTRODUCTION

p. 3



MANGER BIEN ET BON SANS GASPILLER

p. 4

Des épiceries éco(nomiques)responsables p. 4

Paniers bio à 1 euro p. 4

Too Good To Go : Évite le gaspillage et paye moins cher p. 4



SE DÉPLACER À DUNKERQUE

p. 5

DK bus et Taxibus p. 5

Subventions vélo p. 5

L'ADAV p. 6



D'LA RÉCUP POUR CHAQUE TRUC

p. 7

Les Repair Café p. 7

Eco Mairie p. 7

Emmaüs p. 8

Friperies : les bonnes adresses p. 8



POUR ALLER PLUS LOIN ET EN SAVOIR PLUS

p. 10

Fais des économies avec le zéro déchet p. 10

Le coup de pouce p. 11

Focus sur le tri des déchets p. 13



REMERCIEMENTS

p. 14



INTRODUCTION

Toi, étudiant à l'ULCO de Dunkerque, ces quelques pages vont te permettre d'en apprendre davantage sur le comportement à adopter pour faire du bien à ton porte-monnaie et à l'environnement. 4 grandes parties sont à ta disposition : l'alimentation, la mobilité, le réemploi et le zéro déchet.



MANGER BIEN ET BON SANS GASPILLER

Des épiceries éco(nomiques)responsables

LA SOURCE :

En échange de ta participation (environ 3h/mois) tu peux bénéficier d'un panier de courses de produits locaux de 15% à 30% moins cher qu'en grande surface.

Obligation d'y adhérer pour 15 euros/an.

- ◆ Adresse : 66 rue du fort Louis - 59140 Dunkerque.
- ◆ Lien : <https://www.epicerie-lasource.org/>
- ◆ Facebook : La Source - Epicerie Participative



LABEL EPICERIE :

Implication des adhérents : 3h/mois (adhésion libre à partir de 1€). Prix modulés en fonction des revenus des clients (réductions de -30% à -50%)

- ◆ Adresse : 9 rue des Platanes - 59210 Coudekerque-Branche
- ◆ Facebook : Label Epicerie

Paniers bio à 1 euro

Récupère ton panier bio de fruits et légumes de saison à 1 euro auprès de l'association green team du master EGEDD

- ◆ Facebook: La Green Team
- ◆ Instagram: bdegreenteam



Too Good To Go : Évite le gaspillage et paye moins cher



Too Good To Go

Utilise l'application mobile et régale-toi en achetant les invendus de restauration et de boulangerie à des tarifs très avantageux dans les magasins partenaires.

Téléchargement sur <https://toogoodto.go.fr/fr>



SE DÉPLACER À DUNKERQUE

DK bus et TAXIBUS

Tous les bus sont gratuits et passent toutes les 10 minutes en journée pour aller jusqu'au centre.

RDV sur <https://www.dkbus.com/> pour trouver ton bus et ses horaires.



L'intégralité des bus du Dunkerquois sont accessibles aux personnes à mobilité réduite et les arrêts sont annoncés à l'oral.

Service taxibus : Cela te permettra de rentrer chez toi tous les jours entre 22h et minuit et de 4h à 6h si tu es un gros fêtard. Facturé 2€ et disponible sur réservation avant 21h le jour même au 03 28 59 00 78.

Subventions vélo

La CUD t'aide pour l'achat de ton nouveau vélo! Cette aide de 80€ à 150€ s'adresse à tous les habitants de la Communauté urbaine de Dunkerque de plus de 11 ans.

Les principales conditions :

- ◆ Achat d'un vélo neuf
- ◆ Chez un commerçant situé sur le périmètre de la CUD
- ◆ S'engager à utiliser le vélo pour les déplacements quotidiens.



Retrouvez les conditions complètes dans le dossier de demande d'aide : https://www.communaute-urbaine-dunkerque.fr/fileadmin/documents/Subvention/Velo-dossier_aide-A4-V4-2020-12-web.pdf

Pour tout renseignement : contacter les services Voirie Mobilité au 03 28 25 92 70 ou voirie@tud.fr.



Viens réparer toi-même ton vélo, avec l'aide de bénévoles ! Des outils de base seront à ta disposition à la Maison de l'Environnement (106 avenue du casino). L'accès à l'atelier est réservé aux adhérents de l'Association Droit au vélo pour 8 euros/mois (prix étudiant).

A savoir : Le vélo va bien plus vite que la voiture aux heures de pointe sur les distances de moins de 5 km.

Selon une étude de l'ADEME, le coût moyen mensuel du vélo serait de 35€ contre 500€ pour celui de la voiture. Le calcul est vite fait si tu veux faire des économies !



D'LA RÉCUP POUR CHAQUE TRUC

Les Repair Café

Viens réparer gratuitement n'importe quel objet cassé, abîmé ou en panne (vélo, objets électriques, aspirateur, ordinateur, vêtement, meuble, etc.).

Pour connaître les dates et les adresses pour chaque repair café, se rendre sur le site :

www.communaute-urbaine-dunkerque.fr ou <http://maison-environnement.org/>



N'oublie pas de prendre RDV par téléphone avant de t'y rendre !

Eco Mairie

Vide-grenier virtuel qui permet de vendre, acheter ou donner entre voisins.



Rends-toi sur <https://www.eco-mairie.fr/> et apprends tout ce qu'il y a savoir sur l'éco-mairie !

Petites astuces :

Il te reste d'anciennes boîtes ? Utilise-les comme cendrier de poche !



Tu peux aussi utiliser des boîtes de conserve pour faire de jolies décors !





POUR ALLER PLUS LOIN ET EN SAVOIR PLUS

Fais des économies avec le zéro déchet...

... Sur tes produits ménagers :

Nettoyants sols, cuisine et salle de bain :

Ingrédients :

1 L d'eau
½ L de vinaigre blanc
30 gouttes d'huile essentielle (facultatif)

Préparation :

Mélanger tous les ingrédients dans un grand bocal.

Déboucheur de canalisation :

Ingrédients :

200 g de gros sel
200 g de bicarbonate
20 cl de vinaigre blanc
1 casserole d'eau bouillante

Préparation :

Mélanger le sel avec le bicarbonate et le vinaigre. Verser directement dans l'évier bouché et laisser reposer au moins 30 minutes. Verser l'eau bouillante.

Nettoyant vitres :

Ingrédients :

¾ L d'eau
¼ L de vinaigre blanc

Préparation :

Mélanger dans un récipient muni d'un vaporisateur. Asperger sur les vitres et les essuyer comme avec un nettoyant vitres classique.

... Dans ta salle de bain :

Dentifrice :

Ingrédients :

3 cuillères à soupe d'argile blanche (ou verte)
1 cuillère à soupe de bicarbonate de soude alimentaire
2 cuillères à soupe d'eau
5 gouttes d'huile essentielle de menthe poivrée

Préparation :

Mélanger l'argile blanche et le bicarbonate de soude afin d'obtenir une poudre homogène. Ajouter l'eau jusqu'à l'obtention d'une pâte lisse. Ajouter l'huile essentielle. Conserver le dentifrice dans un petit pot en verre et utiliser une spatule pour le déposer sur votre brosse à dents.

Prix total du dentifrice, calculé en fonction de la quantité utilisée de chaque ingrédient: 0,85 euros.

Baume à lèvres :

Ingrédients :

- 1 cuillère à soupe de cire d'abeille
- 3 cuillères à soupe d'huile végétale
- 1 cuillère à café de miel liquide
- 6 gouttes d'huile essentielle romarin

Préparation :

Au bain-marie, faire chauffer l'huile végétale, la cire d'abeille et le miel liquide. Retirer du feu, ajouter les 6 gouttes d'huile essentielle et mélanger. Mettre dans un contenant et laisser au frigo 20 minutes.

Prix total, calculé en fonction de la quantité utilisée de chaque ingrédient : 0,94 euros. Et seulement 15 minutes de préparation, alors fonce !

... Quand tu cuisines :

Pour économiser 5 à 10 €, régale-toi en faisant tes pâtisseries toi-même. Cuisiner maison, c'est le meilleur moyen de dépenser moins d'argent tout en te faisant plaisir. Et en plus de ça c'est bien meilleur pour ta santé !

Ces petites recettes de produits quotidiens vont faire du bien au porte-monnaie !

Le Coup de Pouce

ENERULCO : Né à l'ULCO en avril 2016 dans le cadre de la dynamique "rev3", le projet ENERULCO s'intéresse aux problématiques du développement durable et de la transition énergétique. Il a pour ambition de mettre en place des actions pour améliorer l'impact environnemental de l'ULCO. Il interroge le personnel et les étudiants de l'ULCO sur leurs consommations d'énergie et leurs gestes au quotidien.



N'hésite pas à consulter leur site <https://enerulco.univ-littoral.fr/> et les suivre sur Facebook (ENERULCO) pour y voir toutes les campagnes, les ateliers et les astuces données.

La Fabrique Verte : cette association forme les citoyens aux enjeux du développement durable et de l'économie circulaire sous forme d'ateliers. Si ça t'intéresse on te donne rendez-vous à la Maison de l'Environnement au 106 avenue du Casino - 59240 Dunkerque ou alors sur le site <http://maison-environnement.org/la-fabrique-verte/> pour connaître les évènements prévus.



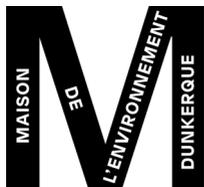


les Balises

Réseau des balises : regroupement des bibliothèques de la CUD. Fais ta carte gratuitement pour avoir accès à tous les ouvrages disponibles sur la CUD. Par exemple, des documents sur la méthode du 0 déchet si tu veux te lancer. RDV dans une des 31 bibliothèques du réseau pour faire ta carte.

Centre Permanent d'Initiatives pour l'Environnement Flandre Maritime

: c'est une association qui sensibilise à l'environnement via l'éducation et la pédagogie à l'environnement. Leur but est de défendre, sauvegarder et être vigilant sur l'environnement. Ils organisent de nombreuses animations, visites guidées, évènements, ateliers, etc. On t'invite à aller sur leur site directement : <http://www.cpieflandremaritime.fr/>



La Maison de l'Environnement : cette association regroupe des associations membres qui agissent pour un développement durable du territoire ainsi que les solidarités à Dunkerque. Leur objectif ? Réduire notre empreinte écologique, individuelle et collective, pour un monde plus respectueux de la planète et de ses habitants. Pour plus d'informations leur site est le suivant : <http://maison-environnement.org/>.

Focus sur le tri des déchets

POUBELLES BLEUES Déchets recyclables (bouteilles plastiques - transparentes ou opaques - papiers, cartons, emballages en métal).

POUBELLES MARRONS Déchets résiduels (ordures ménagères qui ne vont pas dans la poubelle bleue, déchets de cuisine).



- ◆ Les déchetteries sont gratuites.
- ◆ Des petits composteurs sont offerts si tu participes à un atelier pour apprendre la bonne maîtrise du compost avec le CPIE Flandre-Maritime. Infos sur : <https://www.communaute-urbaine-dunkerque.fr/compostage/>
- ◆ Des points d'apport volontaire te permettront de trier tous tes déchets. RDV sur <https://ourecycler.fr/recyclage/tissus-vetements/59240/Dunkerque>.





REMERCIEMENTS

Ce guide est une initiative issue d'une demande de la Communauté urbaine de Dunkerque. De ce fait nous tenons à remercier notre commanditaire Mme Géraldine BIRE, pour la confiance qu'elle nous a accordée, mais aussi pour le suivi et l'aide apportés.

Nous remercions Mme Séverine FRERE, notre professeure tutrice, pour l'encadrement du projet, ainsi que l'Université du Littoral Côte d'Opale.

Merci également à tous les acteurs de la ville cités dans ce guide, pour leur différentes actions, propres à leur domaine d'activité sur le territoire, nous permettant de valoriser des démarches écoresponsables auprès des étudiants.

**Guide réalisé par Ludwig JEGO, Harmonie JEANDON,
Charles LEGRAND, Maxime RIBAULT et Charlotte
VANDERMEERSCH, 5 étudiants du master I EGEDD de
l'ULCO sensibles à l'économie circulaire et à la protection de
l'environnement.**