



## Les bonnes résolutions pour 2022



*J'achète mes cadeaux  
dans une ressourcerie !*

La Ressourcerie du Val d'Arly  
à FLUMET  
[www.laressourcerieduvaldarly.com](http://www.laressourcerieduvaldarly.com)

C.A.P.S. Albertville  
[www.caps-albertville.fr](http://www.caps-albertville.fr)

Réseau national  
des Ressourceries





# Les bonnes résolutions pour 2022

## Je teste le covoiturage !

Si vous covoiturez en utilisant l'application KLAXIT :

- > En tant que conducteur vous pouvez percevoir entre 2 et 4 € par trajet
- > Et si vous êtes passager, Arlysère prend en charge votre déplacement au lancement du programme

**KLAXIT**

**L'application covoiturage domicile-travail ! JE TÉLÉCHARGE, c'est pile pour moi**

**COVOITURAGE**

Plusieurs sites de covoiturage existent sur Arlysère :

- Albertville, Entrée Nord (RD 2212)
- Césarches
- Frontenas, axe du Grand Art
- Grévy-sur-Isère, D10400 Pont Assis
- La Balbâie, parking SNCF
- Ste Hélène sur Isère, Giratoire de l'aéroport
- Ugine, Principauté et chemin des Molats

Retrouvez les sur la carte sur [tra-mobilité](http://tra-mobilité)

Arlysère met en place Klaxit, l'application covoiturage domicile-travail, en lien avec les entreprises du territoire :

- Passager, covoiturez gratuitement dans la limite de 40 km.
- Conducteur, bénéficiez d'une rémunération minimum de 2€ par passage.
- un duo gagnant ! vous faites des économies et un geste pour la planète grâce au covoiturage.

**klaxit**



Les bonnes résolutions pour 2022



Je vais voir un spectacle  
à la Halle Olympique !



Retrouvez toute la programmation sur notre site  
[www.halleolympique.com](http://www.halleolympique.com)

vous trouverez certainement votre bonheur avec un concert, une foire,  
un événement sportif ou encore une animation en famille !



## Les bonnes résolutions pour 2022



# J'économise l'eau !

Pourcentage moyen de la consommation d'eau pour une habitation :

WC : 35 %

Bains et douches : 33 %

Lessive : 13 %

Vaisselle : 7 %

Jardin : 4%

Nettoyage : 4%

Nourriture et boisson : 3 %

**On voit tout de suite sur quels postes les petits gestes vont permettre d'importantes économies d'eau !**



**Eviter les fuites et les réparer !  
un goutte à goutte  
c'est 35 m<sup>3</sup>/an**

5



Les bonnes résolutions pour 2022



J'adopte une démarche  
éco-responsable !

je me procure ou je fabrique  
un sac à pain réutilisable



L'association SAKAPAIN d'Albertville  
Sakapain, une association créée en 2014,  
fabrique des sacs en tissu.  
L'objectif est double : éviter l'utilisation  
des sacs en plastique et récolter des fonds  
pour les reverser à des associations caritatives.



<https://www.albertville.fr/project/sakapain/>



## Les bonnes résolutions pour 2022



J'évalue mon empreinte carbone  
et j'essaie de la réduire !

Le CO2 est le principal gaz à effet de serre d'origine dû à l'intervention humaine.

Un Français émet environ 10 tonnes de CO2 par an.

La durée de vie du CO2 dans l'atmosphère est de 100 ans.

Pour espérer limiter le réchauffement climatique à l'horizon 2100, il faudrait diviser par 5 nos émissions... **Ca vous tente?**

Découvrez où vous vous situez

en complétant **le questionnaire** →



<https://nosgestesclimat.fr/simulateur/bilan>



Les bonnes résolutions pour 2022



J'inscris mon enfant  
à l'Ecole de Natation  
pour qu'il apprenne à nager !

Chaque semaine, 35 cours de natation destinés aux enfants de 4 à 17 ans sont proposés entre la piscine de Gilly et le Centre Atlantis.



[www.espaces-aquatiques-arlyserre.fr](http://www.espaces-aquatiques-arlyserre.fr)



# Les bonnes résolutions pour 2022



## Je prends les transports en commun !

**RÉSEAU URBAIN**

Je me facilite la vie  
et en plus je fais  
des économies  
**JE PRENDS LE BUS !**



- Salarié du privé ou du public, l'employeur est tenu de prendre en charge 50% du titre d'abonnement mensuel ou annuel au réseau de transport public.
- Pour sécuriser les déplacements, sur le site TRA-mobilité, possibilité de s'inscrire pour des Alertes SMS informant des perturbations du réseau connues à l'avance (ou sur le numéro info-mob).
- Bus géolocalisés, pour suivre en temps réel le déplacement du véhicule souhaité !
- A partir de septembre 2021, les lignes Ab font partie du réseau urbain, les prix sont harmonisés !  
Ligne 22 : Albertville – Les Soliers  
Ligne 23 : Albertville – Cahanmaz  
Ligne 24 : Albertville – La Giettaz

Profitez d'une prise en charge de 50% de vos frais d'abonnement aux transports en commun grâce à la participation de votre employeur.

Pendant la période estivale, visitez le Beaufortain, le Val d'Arly et le Val de Tamié gratuitement en utilisant les Navettes Nature été.

Transports Région Arlyère

Utilisez le plan en temps réel pour connaître les prochains passages d'un bus à l'arrêt de votre choix. Vous pouvez utiliser le moteur de recherche pour chercher le nom d'un arrêt, ou simplement cliquer sur le pictogramme qui lui correspond sur la carte. Il vous suffit ensuite de sélectionner la ligne pour laquelle vous voulez savoir quand arrivera le prochain bus.



**Displacez-vous multimodal !**

LA GARE D'ALBERTVILLE révisera son « pôle d'échanges multimodal » pour le rendre :

- transports en commun, lignes SNCF, VAE, taxis...

Plusieurs modes de déplacement à votre disposition, se complétant en fonction de vos besoins.

Toutes les informations sur le site [tra-mobilité](#) Point info bus ☎ 04 79 897 732





# Les bonnes résolutions pour 2022



## Je progresse dans le numérique !



*Je profite de la présence du conseiller numérique  
de mon secteur pour me faire aider,  
pour m'accompagner  
dans mes démarches administratives ou autres*

Pour vous faire aider, avoir des conseils,  
être orienté, participer à un atelier :

Tél : 04 79 10 43 23

@ : [conseiller.numerique@arlysere.fr](mailto:conseiller.numerique@arlysere.fr)



# 10

A

## Les bonnes résolutions pour 2022



# Je découvre les producteurs / locaux à côté de chez moi !

Œufs, fruits, légumes, pain, miel, yaourts, lait, glaces, plantes aromatiques, confitures, jus, compotes, viande, fromages fermiers... Ce sont autant de produits de qualité disponibles à côté de chez vous !

Les producteurs du territoire s'organisent au quotidien pour répondre aux différents modes d'achat des consommateurs du territoire : vente à la ferme, sur des marchés, dans des magasins de producteurs ou de coopérative, via des épiceries associatives, des AMAP...



Flashez le QR Code ou copier-coller ce lien pour accéder à la carte interactive !



## Les bonnes résolutions pour 2022



Je fais appel à la plateforme  
de rénovation énergétique  
pour rénover mon logement

La **plateforme territoriale Rénov'Habitat** de votre Communauté d'agglomération Arlysère et le **service FAIRE Savoie** vous permettent de bénéficier d'un accompagnement gratuit à la rénovation énergétique de votre logement, de la prise de renseignements aux travaux de rénovation.

Contactez le **04 56 11 99 00**  
ou **info@faire73.fr**  
pour une prise de rendez-vous  
aux **permanences Rénov'Habitat à Arlysère** :

Albertville : le 2<sup>ème</sup> et 4<sup>ème</sup> mercredi de chaque mois  
Beaufort : le 2<sup>ème</sup> lundi de chaque mois  
Flumet : le 1<sup>er</sup> jeudi de chaque mois

Suivez le lien pour visionner la vidéo > <https://urlz.fr/gVXw>





Les bonnes résolutions pour 2022



# L'offre des cadeaux dématérialisés



Sur les Cinémas  
avec les Amis du Cinéma

Au Dôme Théâtre



Sur les équipements  
aquatiques



Et sinon, pour Noël,  
vous avez déjà pensé  
à offrir un BON CADEAU ?

nous avons pensé à vous le préparer !

et plein d'autres idées encore !



Les bonnes résolutions pour 2022



Je fais découvrir  
la musique ou la danse  
à mon enfant !

Renseignez-vous auprès de l'Ecole Musique & Danse  
4 sites d'enseignement  
Albertville, Beaufort, Grésy-sur-Isère, Ugine.



[www.arlyserre.fr](http://www.arlyserre.fr) > 100% pratique > Ecole musique & Danse

14

Les bonnes résolutions pour 2022



Je me déplace  
à vélo



Un territoire Vélo-Touristique,  
une géographie propice  
aux déplacements quotidiens,  
un moyen de transport non polluant,  
silencieux et autonome.

J'ai très envie  
de tester le Vélo  
à Assistance  
Electrique...

ALLEZ GO !



[www.tra-mobilite.com](http://www.tra-mobilite.com)



## Les bonnes résolutions pour 2022



# L'envoi des mails uniquement lorsque c'est nécessaire !

Si le numérique permet de limiter les déplacements tout en facilitant les échanges, son **impact environnemental n'est pas négligeable** et son **impact énergétique ne cesse d'augmenter**.

Adoptez un comportement plus vertueux simplement via l'utilisation de vos boîtes mails :

- En ciblant les destinataires, vous gagnerez aussi en efficacité
- En supprimant les pièces jointes d'un message auquel vous répondez
- En préférant le format texte, au format html
- En vidant régulièrement vos « corbeilles »
- En utilisant des sites de dépôt temporaire





Les bonnes résolutions pour 2022



Je sauve  
des repas invendus,  
j'aide la planète !

Comment ?

Téléchargez l'appli anti-gaspi « To good to go »,  
connectez-vous sur votre téléphone et sauvez de délicieux invendus alimentaires  
chez vos commerçants locaux.

Les paniers sont toujours  
surprises,  
à un prix avantageux  
et ils font du bien à la planète.

Alors, qu'attendez-vous  
pour essayer ?





# Les bonnes résolutions pour 2022



J'entretiens le cours d'eau /  
bordant mon terrain !

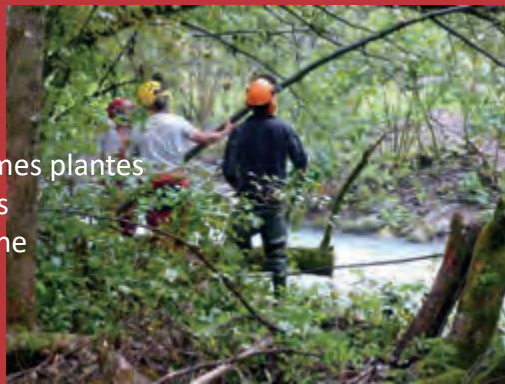
Je suis propriétaire en bord de rivière,

## J'ai droit :

à l'usage de l'eau, pour mes animaux ou mes plantes  
d'extraction de matériaux selon des règles  
de pêche avec l'association agréée de pêche  
et de protection des milieux aquatiques

## Je dois :

- l'entretien régulier de la rivière, j'enlève les bois morts
- le respect du débit réservé pour les milieux
- permettre l'accès aux berges pour la surveillance et les travaux





## • Les bonnes résolutions pour 2022



J'économise le papier et

• je dépose mon PC par voie électronique  
directement sur le site internet de ma commune

À partir du 1er janvier 2022, les communes d'Arlysière seront prêtes à recevoir vos demandes de permis de construire, déclaration préalable et certificats d'urbanisme en ligne, de manière plus simple et plus rapide.

Pour réaliser vos démarches d'urbanisme, Arlysière et les communes mettent à votre disposition un service en ligne, sécurisé, gratuit et facilement accessible, directement accessible depuis le site internet de chaque commune.

Laissez-vous guider !





# Les bonnes résolutions pour 2022



Je diminue le gaspillage  
alimentaire chez moi

**On jette beaucoup trop de nourriture à la poubelle.**

**On jette 173 kilos de nourriture par an et par personne en Europe**, de la récolte à l'assiette. C'est énorme. Et le consommateur en gaspille 15 à plus de 30 kilos.

Alors voici **12 conseils simples** pour éviter le gaspillage alimentaire à la maison :

- Établir les menus de la semaine
- Faire une liste de courses
- Faire ses courses sans avoir faim
- Acheter en vrac
- Lire et comprendre les dates de péremption
- Respecter la chaîne du froid
- Bien ranger son frigo
- Conserver les aliments à la bonne température
- Noter la date d'ouverture sur les produits
- Cuisiner les bonnes quantités
- Bien conserver et utiliser les restes
- Préparer des « recettes de frigo »  
et cuisiner les fanes et épiluchures



©USDA

**Vidéo  
pour en savoir +**





## • Les bonnes résolutions pour 2022



*Je fais une bonne action  
pour la qualité de l'air,  
je me chauffe mieux au bois*

Pour limiter l'impact de votre chauffage sur la qualité de l'air, des bons gestes existent :

- **Je remplace mon ancien poêle à bois**, mon ancienne cheminée par un foyer plus performant labélisé flamme verte, une cheminée ouverte émet 140 fois plus de particules fines dans l'air qu'un poêle performant labellisé flamme verte 7
- **J'opte pour un chauffage au bois fermé et performant** à la place de ma cheminée ouverte.
- **J'utilise du bois sec de qualité et de petites bûches pour alimenter mon appareil de chauffage bois**, utiliser des bûches avec 40 % d'humidité provoque une perte de rendement d'environ 25 % par rapport à des bûches avec 20 % d'humidité.
- **Je régule ma consommation** de chauffage.



Au cas par cas vous pouvez bénéficier  
d'aides pour changer votre appareil,  
+ d'info : **Service FAIRE Savoie**  
04.56.11.99.00 – [info@faire73.fr](mailto:info@faire73.fr)



# Les bonnes résolutions pour 2022



Je prépare un cadeaux  
avec des ingrédients en vrac

La bonne idée cadeau pour les fêtes,  
c'est le bocal à cookies. Il est joli,  
gourmand, zéro déchet et pas cher.  
Recette et astuces.





## Les bonnes résolutions pour 2022



Je me désabonne des newsletters  
que je ne lis pas

Un simple autocollant « Stop Pub » sur votre boîte aux lettres permet d'économiser une quarantaine de kilos de déchets par an.

Votre boîte aux lettres numérique n'a malheureusement pas d'autocollant et regorge très certainement de newsletters qui ne sont pas lues.

Selon The Next Média, **un français en 2020 a reçu 4365 emails promotionnels dont 3245 jamais ouverts...**

**Ciblez vos abonnements aux seules newsletters qui vous intéressent et désinscrivez vous du reste !**





# Les bonnes résolutions pour 2022



J'emballer mes cadeaux  
avec originalité



L'emballage avec des tissus

Les boîtes et sacs de Noël

L'emballage en papier de l'année dernière ou du dernier anniversaire

Le papier cadeau avec un label environnemental



## Les bonnes résolutions pour 2022



Nous avons été heureux de partager  
avec vous ce calendrier des bonnes résolutions  
et nous vous souhaitons de joyeuses fêtes !



Profitez de votre famille  
de vos proches et de toutes les personnes  
qui sont chères à votre cœur,

et si vous avez envie de partager sur cette page  
votre bonne résolution pour 2022  
n'hésitez pas !

