

# DÉMÉNAGEMENT : COMMENT LIMITER LES FRAIS ET LES IMPACTS SUR L'ENVIRONNEMENT ?

**INFOPRESSE**  
Avril 2021



Un déménagement est un moment charnière. Sauf que, mal anticipé, il peut devenir une vraie galère, générant stress et gaspillages. L'ADEME donne des clés pour se faciliter la tâche et par la même occasion limiter les frais et les impacts environnementaux.

## LE COÛT ENVIRONNEMENTAL D'UN DÉMÉNAGEMENT

Un déménagement est bien souvent source de déchets. Quelques années suffisent pour amasser beaucoup d'objets : certains qu'on ne voudra pas emmener et d'autres (l'essentiel) qu'il faudra emballer.

À grand renfort de cartons, housses plastiques et autre papier bulle qui viendront

remplir les poubelles au déballage.

À cela s'ajoutent les déplacements multipliés, les produits utilisés pour nettoyer au départ (et à l'arrivée) et tous les achats liés à l'installation (électroménager, décoration, peinture et mobilier).

→ Sachant que le déménagement concerne **3 millions de Français** chaque année, et survient en moyenne **5 fois durant leur vie**, la facture environnementale n'est pas à négliger.

### EN CHIFFRES

**10%**

des foyers déménagent chaque année

**80%**

à moins de 200 km

**70%**

déménagent seuls sans l'aide d'un professionnel



### LE SAVIEZ-VOUS ?

On compte en moyenne **60 cartons par déménagement**. Source INSEE

En moyenne nous avons accumulé chez nous 2,5 tonnes d'objets (équipements, meubles, électroménager), qui ont nécessité 45 tonnes de matières premières pour les fabriquer. Notre infographie [ICI](#)

# ÉTAPE 1

## JE TRIE



Mieux vaut s'y prendre le plus tôt possible pour se laisser le temps de donner, revendre... plutôt que de jeter à la va-vite tout ce dont on ne veut plus.

- Concernant les jouets, livres ou vêtements en bon état, meubles ou lave-linge inadapté au futur logement... **Je peux les revendre en ligne, les donner à des proches ou à une association.**
- Je peux rapporter mes appareils HS dans **une ressourcerie** ou à **une association** pour qu'ils soient réparés et proposés à des personnes dans le besoin.
- Je recycle ce qu'il reste : les vieux équipements, meubles, matelas vont à **la déchèterie**. Je peux aussi me renseigner sur le service des **encombrants de ma commune** ou profiter des **points de collecte en magasin** pour les petits appareils.

### + POUR EN SAVOIR PLUS

Découvrez toutes les bonnes adresses autour de chez vous sur le site : [longuevieauxobjets.gouv.fr](http://longuevieauxobjets.gouv.fr)

- Pour les produits dangereux pour la santé et l'environnement du type : restes de peinture, solvants, colles... je les emmène également à **la déchèterie** ! Et je ramène les médicaments périmés à **la pharmacie**.



### LA BONNE IDÉE

Pour nettoyer mon logement vidé, je compte sur les produits basiques (savon noir, citron, vinaigre blanc...) ou porteurs de labels recommandés par l'ADEME, à découvrir [ICI](#)



### POUR EN SAVOIR PLUS

Le guide pratique : **Moins de produits toxiques**

# ÉTAPE 2

## J'EMBALLE



Pour emballer efficacement, **place à la récup'** pour limiter les dépenses et les déchets. Caisses, valises, sacs, tiroirs (avec leur contenu)... Tout contenant fait l'affaire.

Et si j'ai vraiment besoin de **cartons**, il est facile d'en récupérer autour de chez moi (dans les supermarchés, dans des boutiques, à la déchèterie...) ou d'en acheter d'occasion en ligne (Leboncoin, Carton plein...).

Pour les objets fragiles, je n'utilise pas de plastique. **Le papier journal et le linge de maison** (draps, serviettes...) sont aussi efficaces que le papier bulle.

Au moment du déballage, je récupère les cartons qui peuvent resservir pour stocker des affaires, protéger

les sols lors des travaux de peinture ou équiper un futur déménagement. Je peux aussi les (re) proposer sur des sites de petites annonces.

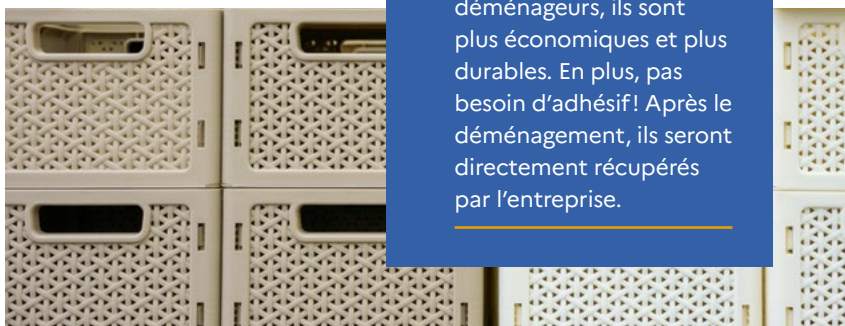
Sinon, pour les gros cartons, je vais à **la déchèterie** (ou le bac de tri pour les plus petits), en les pliant pour limiter l'encombrement.



### LA BONNE IDÉE

Pour éviter d'utiliser trop de cartons, je peux me servir de bacs réutilisables.

Loués en ligne ou fournis par certains déménageurs, ils sont plus économiques et plus durables. En plus, pas besoin d'adhésif ! Après le déménagement, ils seront directement récupérés par l'entreprise.



## ÉTAPE 3

### JE TRANSPORTE



Afin de limiter mes frais de transport et l'impact environnemental, j'opte pour un transport optimisé, l'idéal c'est d'éviter les allers-retours, surtout motorisés.

Il existe des modes alternatifs (et économiques) comme le **vélo-remorque électrique** qui se développe pour déménager de petits volumes en ville. Pour aller plus loin, je pense **au train** avec des conteneurs capitonnés.

Je peux également faire appel à des **déménageurs écolos** avec **emballages recyclables, éco-conduite**, voire véhicules électriques, hybrides ou roulant aux biocarburants.

Enfin, certaines sociétés proposent l'option de choisir seulement un **aller simple** pour éviter les retours à vide.



#### LA BONNE IDÉE

Je fais du co-déménagement. Je partage un véhicule sur un même trajet (pour de petits déménagements) ou sur un aller/retour.

L'option est très économique, à condition d'être flexible sur la date.

→ [officiel-demenagement.com](http://officiel-demenagement.com), [cocolis.fr](http://cocolis.fr), [neologistique.com](http://neologistique.com), [fretbay.com](http://fretbay.com)...

## ÉTAPE 4

### J'EMMÉNAGE



Je fais rimer économie et écologie pour que mon nouveau logement soit sain et agréable.

Pour la décoration, je pense aux produits de bricolage comme les peintures classées A+ et écolabellisés. Et pour renouveler mon mobilier, je peux customiser l'ancien ou l'acheter d'occasion.

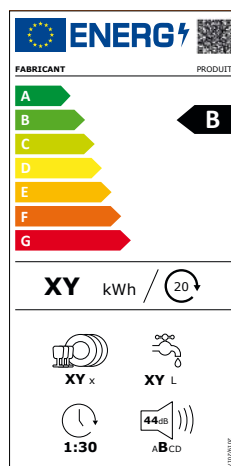
Pour l'électroménager, je peux également acheter d'occasion, sinon je le choisis performant et durable grâce à l'étiquette énergie et l'indice de réparabilité.



#### POUR EN SAVOIR PLUS

- Une nouvelle étiquette énergie en 2021
- Un nouvel indice pour acheter des produits faciles à réparer

Je peux mettre en place quelques éco-gestes comme installer des réducteurs de débits sur les robinets et la douche, des ampoules LED, refaire les joints abîmés des fenêtres, nettoyer la ventilation...



#### LA BONNE IDÉE

Un déménagement, c'est le moment idéal pour passer à l'électricité ou au gaz issu(e) des énergies renouvelables. J'étudie les différentes offres sur **CE LIEN**



## L'INFO EN PLUS

Pour vivre dans un logement confortable et économe en énergie, mieux vaut anticiper son projet de rénovation assez tôt.

D'autant que des travaux groupés sont gages d'efficacité : isolation, nouveau système de chauffage, installation d'une VMC...

Des aides financières existent, mais les démarches pour en bénéficier peuvent prendre du temps..

Pour plus d'infos : 0 808 800 700  
ou sur [WWW.FAIRE.GOUV.FR](http://WWW.FAIRE.GOUV.FR)

## POUR ALLER PLUS LOIN

LE TUTO : DÉMÉNAGER L'ESPRIT LÉGER

LA PAGE : DÉMÉNAGER - STRESS & GASPILLAGE

Service de presse ADEME — tel : 01 58 47 81 28 — e-mail : [ademepresse@havas.com](mailto:ademepresse@havas.com) /  
[Newsroom](#) / [Twitter](#) : [ADEME](#) / [Linkedin](#) : [ADEME](#)

## L'ADEME EN BREF

À l'ADEME - l'Agence de la transition écologique -, nous sommes résolument engagés dans la lutte contre le réchauffement climatique et la dégradation des ressources. Sur tous les fronts, nous mobilisons les citoyens, les acteurs économiques et les territoires, leur donnons les moyens de progresser vers une société économe en ressources, plus sobre en carbone, plus juste et harmonieuse. Dans tous les domaines - énergie, économie circulaire, alimentation, mobilité, qualité de l'air, adaptation au changement climatique, sols... - nous conseillons, facilitons et aidons au financement de nombreux projets, de la recherche jusqu'au partage des solutions. À tous les niveaux, nous mettons nos capacités d'expertise et de prospective au service des politiques publiques. **L'ADEME est un établissement public sous la tutelle du ministère de la Transition écologique et du ministère de l'Enseignement supérieur, de la Recherche et de l'Innovation.**

[www.ademe.fr](http://www.ademe.fr) et sur [@ademe](https://twitter.com/ademe)