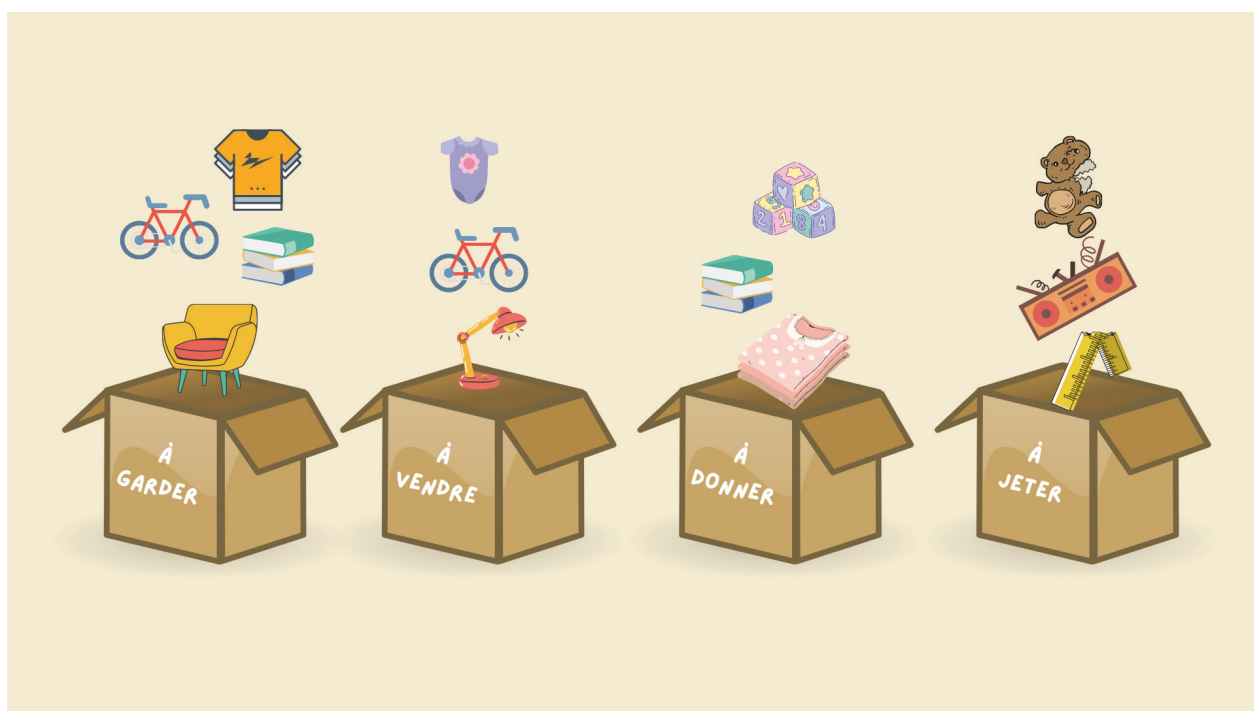


**VOS TRUCS ET ASTUCES
POUR RÉDUIRE
VOS DÉCHETS**

ÉTAPE 1 : DÉSENCOMBRER SA MAISON

Afin d'entamer sa démarche Zéro Déchet sereinement et avec une vue claire sur ce que nous possédons sur nos besoins et habitudes, il est important de faire un état des lieux de ce que nous avons, de trier nos objets et de ranger nos pièces de vie.

Pour cela, nous pouvons utiliser la méthode des « 4 cartons » qui propose de séparer nos biens en 4 catégories :



A garder

L'objet a sa place dans la maison, il répond à un besoin, est utile et fonctionnel. Je peux aussi l'utiliser différemment, le réparer/restaurer,...

A vendre

L'objet est en bon état (mais ne répond plus à un besoin) et il a un minimum de valeur pour être revendu.

A donner

L'objet est en bon état (mais ne répond plus à un besoin) et :

- Il a un minimum de valeur et il peut être donné à quelqu'un qui en a besoin
- Il n'a pas assez de valeur mais peut répondre au besoin de quelqu'un d'autre et peut être donné (à un proche, à une association,...)

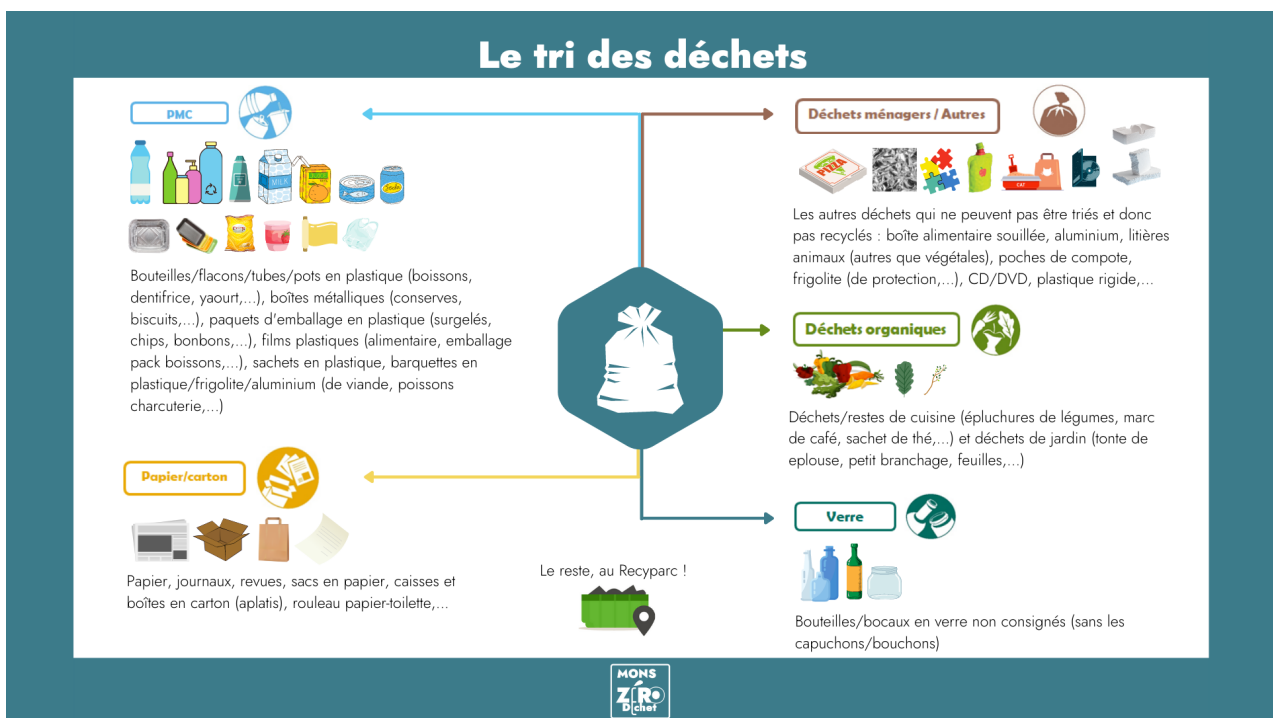
A jeter

L'objet ne répond plus à un besoin et/ou n'est plus en bon état, il ne peut être ni gardé, ni vendu, ni donné, alors il sera trié dans le bon sac ou porté à la bonne collecte/au Recyparc.

ÉTAPE 2 : SCANNER SA POUBELLE

Après avoir désencombré les pièces de sa maison/son appartement, on peut s'intéresser au contenu de la poubelle en se posant quelques questions :

- Quels sont les déchets que je retrouve dans ma poubelle ?
- Quels sont les déchets les plus présents/fréquents ?
- Est-ce que le tri est correctement effectué ?
- Quels sont les déchets que je pourrais supprimer ?
- Quels sont les déchets que je pourrais remplacer par une alternative plus durable ?
- Quels sont ceux que je ne pourrais ni supprimer ni remplacer mais que je peux essayer de réduire ?



Astuce :

Se créer un coin "poubelles" organisé pour ne pas être tenté de tout mettre dans le sac moka "déchets ménagers/déchets résiduels", y voir plus clair sur les déchets que nous produisons, la fréquence à laquelle nous sortons les poubelles, l'évolution liée aux efforts fournis...

Il se composera de ces sections (au minimum et pour aller plus loin) :

- Papier/carton
- PMC
- Déchets ménagers
- Déchets organiques
- Verre (à porter aux bulles)
- Autres (piles, textiles,...)



ÉTAPE 3 : LES GESTES À ADOPTER

Une fois les deux premières étapes franchies, la règle des 5R permet d'adopter des gestes qui, en devenant des automatismes, aident à mieux gérer ses déchets.



→ REFUSER

Première règle : apprendre à reconnaître le superflu du nécessaire. Dire « non » à ce dont nous n'avons pas besoin c'est autant de produits dont nous n'aurons pas à nous débarrasser.

Solutions : mettre un autocollant "stop pub", refuser les échantillons/goodies/flyers qui ne nous intéressent pas ou n'ont pas d'utilité, refuser les tickets de caisse, refuser les plastiques et (sur) emballages et utiliser des sacs à vrac/réutilisables,...

→ RÉDUIRE

Deuxième règle : "le meilleur déchet est celui qu'on ne produit pas". On évite ici alors d'en créer en trouvant des alternatives durables, en limitant les quantités,...

Solutions : acheter en vrac, en seconde main, utiliser des recettes anti-gaspi, utiliser des sacs réutilisables...

→ RÉUTILISER

Troisième règle : Consommer moins mais mieux. On évite ici de jeter des choses qui pourraient servir différemment, avoir une autre vie,...

Solutions : réparer lorsque c'est possible, repenser sa fonction première en lui trouvant une nouvelle utilité ou fonction, rapporter au magasin si des solutions se présentent,...

→ RECYCLER

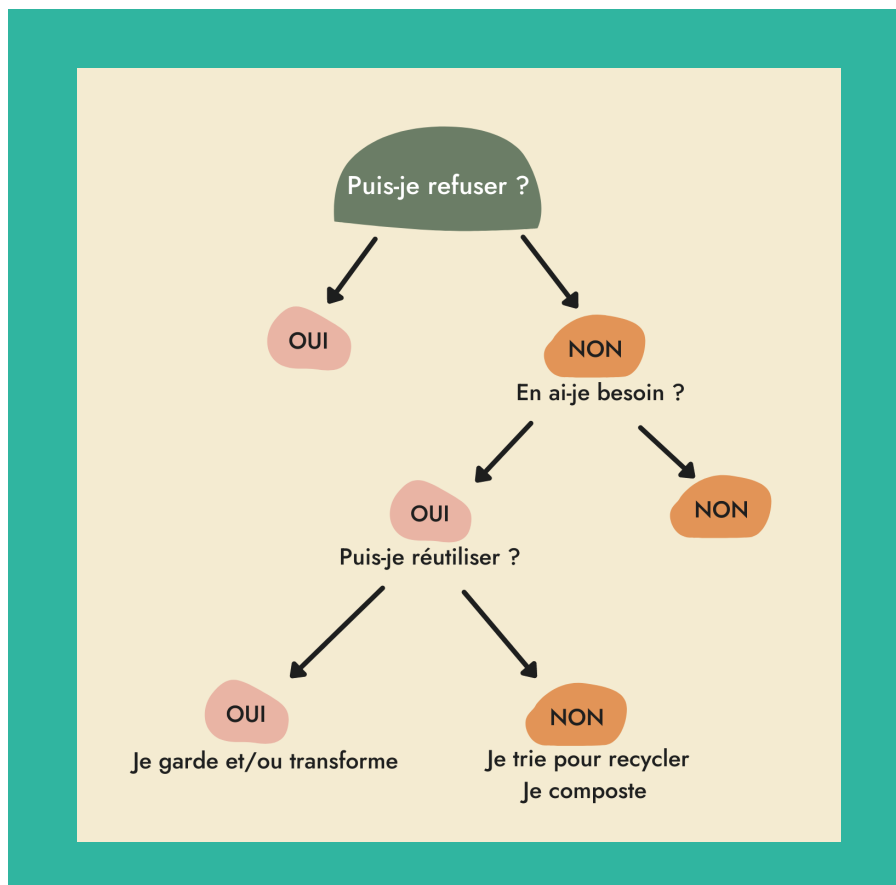
Quatrième règle : se débarrasser de ce qui est entré chez nous et que l'on ne pouvait éviter. On souligne ici l'importance du tri des déchets que l'on n'a pas pu éviter afin d'en permettre le recyclage.

Solutions : avoir un espace consacré au tri, utiliser les bons sacs poubelles, porter aux collectes spécifiques (bulles à verre/vêtements, piles, Recyparc,...).

→ RENDRE À LA TERRE

Cinquième et dernière règle : restituer à la terre ce qu'elle nous a donné. Il s'agit ici de mettre ses biodéchets dans un sac biodégradable (si collecte) ou de les composter plutôt que de déposer nos épluchures, restes de repas ou encore nos fruits et légumes abîmés dans la poubelle classique.

Solutions : compost d'intérieur, compost de jardin individuel ou collectif,...



ÉTAPE 4 : LIMITER SES DÉCHETS À LA SOURCE

Finalement, comme on dit toujours : « le meilleur déchet est celui qui n'existe pas » c'est alors à la source que nous pouvons réellement agir et cela se fait lors de l'achat. La méthode BISOU permet de se poser quelques questions afin de s'assurer que c'est un achat nécessaire et/ou qu'il n'existe pas d'autres alternatives plus durables.



DÉFI DU MOIS

Faire son kit de course Zéro Déchet !

Il est possible de le faire à petit budget avec par exemple de la récup, de la customisation... Avoir son kit tout prêt permet de se faciliter la tâche et de n'avoir qu'à l'emporter même lorsqu'on a peu de temps ainsi que de ne pas se laisser tenter une fois sur place ! Un petit guide se trouve dans le contenu « Les alternatives aux déchets : comment faire ses courses en mode Zéro Déchet ? » .

Notes et remarques

A large green rectangular area with horizontal dotted lines, serving as a space for notes and remarks. The lines are evenly spaced and extend across the width of the area.