

PRESENTATION

1/ Cadeaux sans déchetspage 2
2/ La réutilisationpage 3
3/ Gérer vos déchets dangereuxpage 7
4/ Acheter et mieux consommerpage 8
5/ Pour aller plus loin...page 9

1/CADEAUX SANS DECHETS

➤ Idées de cadeaux immatériels ou presque :

Culture :

- ☞ Places de concert, de théâtre, de cirque, de cinéma, expositions...
- ☞ Abonnement au musée, au théâtre, au cirque...
- ☞ Abonnement à un service payant de téléchargement de musique et/ou de films sur internet,
- ☞ Abonnement à une revue en ligne sur internet (information, savoir...).

Loisirs- Bien-être :

- ☞ Bon pour une sortie restaurant,
- ☞ Week-end touristique
- ☞ Séances dans un centre de soins ou en institut de beauté (massage, soins du corps,...), Séances de hammam, sauna, SPA...
- ☞ Cours de musique, de chant, de danse ou d'arts plastiques. (Peinture, sculpture, gravure...), de cuisine, de langue
- ☞ Stage de théâtre, de clown, de cirque, de gravure, ...
- ☞ Abonnement à une salle de sport, séances de remise en forme, ...
- ☞ Séances shiatsu, massages...

Autres

- ☞ Ouverture d'un livret d'épargne avec un versement de départ
- ☞ Heures de service à domicile (repassage,...)

➤ Des cadeaux utiles :

- ☞ Bons d'achat, "Chèque cadeau "
- ☞ Cadeaux artisanaux et locaux
- ☞ Cadeaux équitables
- ☞ Lampes avec ampoules à faible consommation d'énergie
- ☞ Plante d'intérieur (non emballée)
- ☞ Chargeur de piles
- ☞ Appareils à énergie solaire (calculatrice, radio, lampe...)
- ☞ Jouets en bois sans piles
- ☞ Produits alimentaires
- ☞ Panier à commissions (ou sac cabas) en osier ou en tissu de récupération
- ☞ Des cadeaux fabriqué soi-même à partir de matériaux de récup'...

2/ LA REUTILISATION

➤ Structures de l'économie sociale et solidaire :

Sur le Sicoval :

Kilya - 5 av Tolosane - 31520 Ramonville-St-Agne 05 61 75 01 88
<http://ns23419.ovh.net/~kilyanet/index.php>

Matériel informatique réparé

Emmaüs - 21 av Gare - 31750 Escalquens 05 62 71 16 00
<http://www.emmaus-toulouse.org>

Mobilier, accessoires, électroménager...

Sur Toulouse ou à proximité :

Bis Répétita- 10 r Apollo - 31240 L'Union 05 34 25 88 88
Matériel informatique réparé

ENVIE- 29 bd Thibault- 31 100 Toulouse 05 34 61 22 86
<http://www.envie.org>

Electroménager réparé et garanti

Emmaüs - Les Agries - 31860 Labarthe sur Lèze .05 61 08 18 18
<http://www.emmaus-toulouse.org>

Mobilier, accessoires, électroménager...

Ressourcerie la Glanerie- 56 chemin de la Flambère – 31300 Toulouse 05 61 26 83 40
<http://www.la-glanerie.org>

Mobilier relooké- Basha Collection

Emmaüs Frip'em – 43, avenue de l'URSS – 31 000 Toulouse 05 61 52 02 23

Emmaüs St Aubin – 2, bd Michelet- 31000 Toulouse 05 61 63 14 94

Emmaüs Frip'art – 89 allées Charles de Fitte – 31 000 Toulouse 05 34 55 99 75

Association Relais Restauration- 7 r Bacquière Fonade 31700 Blagnac 05 61 16 30 37
Vêtements

➤ Troc - Dépôts-vente :

Sur le Sicoval :

Sur Toulouse ou à proximité :

Troc 3000- place Champs Pinsons - 31650 St Orens de Gameville 05 61 39 20 60

Must et Troc Ménager -286 rte Revel - 31650 St Orens de Gameville 06 70 08 71 52

Troc de l'Île - rue Néouvielle - 31120 Portet sur Garonne .05 61 72 38 60

Cash 31- 9 rue Néouvielle- 31120 Portet sur Garonne 05 62 87 52 81
41 rte Espagne - 31120 Portet sur Garonne 05 61 72 57 87
<http://www.cash31.com>

Brikabrak - 50 rte Labège- 31400 Toulouse 05 61 34 23 52

Troc de la Gloire - 5 chem Pelleport - 31500 Toulouse 05 61 80 75 34

Troc De L'île - 183 rte Revel - 31400 Toulouse 05 61 54 02 76

Troc Ménager- rte Revel - 31500 Toulouse 05 34 66 25 84

Troc 3000 Delmond - 321 av Etats-Unis - 31200 Toulouse 05 34 40 82 82

➤ **Informatique et électroménager d'occasion**

Sur le Sicoval :

Gat Micro - za La Bourgade - 2682 av La Lauragaise - 31676 Labège 05 62 47 88 98
Matériel informatique neuf et occasion du lundi au samedi de 9h30-12h30 et 14h-19h
<http://www.gat-micro.com/>

Sur Toulouse ou à proximité :

Eco System 138 av Fronton 31200 Toulouse 05 61 47 02 47
Electroménager de cuisine neuf et occasion

➤ **Matériel pour voitures, pneus d'occasion...**

Sur le Sicoval :

A proximité

Comptoir du Réemploi - 12 bd Grand Castaing - 31600 Muret 05 61 51 11 36

Sur Internet

Réseau de casses : www.francecasse.fr
Site internet pour trouver des pièces détachées d'occasion

➤ **Puériculture**

Sur le Sicoval

-

Sur Toulouse ou à proximité

P'Tit Rusé- 3 imp Palayré-31100 Toulouse 05 62 20 16 18

Bébés et Compagnie -125 r Louis Plana- 31500 Toulouse 05 34 25 87 69
<http://www.bebe-compagnie.com/occasions.htm>

La Caverne d'Ali Bébé -82 rte Bayonne -31300 Toulouse 05 61 42 13 55

Palace Bébé -164 rte Revel -31400 Toulouse 05 62 47 07 64

➤ **Vêtements**

Sur le Sicoval

Viaud Catherine 14 pl Marnac 31520 RAMONVILLE SAINT AGNE 05 61 52 19 64

Sur Toulouse ou à proximité

L'Esprit Troc - 3 pl Poste - 31650 St Orens de Gameville 05 61 75 89 06

Rebelote - 4/8 r Malaret - 31000 Toulouse 05 61 29 85 99

21 Bouquières - 31000 Toulouse 05 61 53 83 15

<http://www.rebelote-31.fr/>

Le Grenier d'Anais 54 r Peyrolières 31000 Toulouse 05 62 30 07 16

Le Petit Troc - 44 r Metz- 31000 Toulouse 05 34 31 67 50

L'Echangeoir - 39 r Dalbade - 31000 Toulouse 05 61 25 73 29

L'intemporel - 11 chem Baluffet - 31300 Toulouse 05 34 56 97 02

Mélissa - 29 av Minimes - 31000 Toulouse 05 61 22 61 88

O Dépôt- 2 r Paradoux - 31000 Toulouse 05 61 25 76 23

Opportunités - Galerie St Jérôme 14 r Maurice Fonvieille 31000 Toulouse 05 61 29 06 73

Patati Patata - Centre Commercial -5 av Mazades - 31000 Toulouse 05 61 47 81 39

Troc Saint Cyprien - 47 av Etienne Billières - 31300 Toulouse 05 62 21 25 46

Saint Troc Madame- 2 r Paul Meriel - 31000 Toulouse 05 61 23 09 93

Tourneur Claude- 1 r Astorg - 31000 Toulouse 05 61 22 60 36

Troc d'Adelaïde- 16 r Maurice Fonvieille - 31000 Toulouse 05 61 21 22 12

Troc-Mode- 13 r Ste Ursule - 31000 Toulouse 05 61 12 46 66

Au Choix De Sophie - 18 r Gestes - 31000 Toulouse 05 61 22 69 07

Groucho - 39 r Peyrolières - 31000 Toulouse 05 61 21 22 07

1 pl Bourse 31000 Toulouse 05 62 30 08 12

Hell17 - 17 r Metz - 31000 Toulouse 05 61 22 04 83

Il Etait Deux Fois - 40 r Tourneurs - 31000 Toulouse 05 61 22 05 10

Kilostock - 18 R Peyrolières - 31000 Toulouse 05 61 12 00 96

Saint Troc Madame - 2 r Paul Meriel - 31000 Toulouse 05 61 23 09 93

➤ **Matériel de sport :**

Troc dans les magasins Décathlon 2 fois par an zac de la masquere 31750 ESCALQUENS

La Maison du Ski- 48 rte Espagne 31300 TOULOUSE **05 61 42 73 48**

➤ **Outillage, machine, ferraille :**

Berges et Cie -39 chem Prat Long - 31200 TOULOUSE **.05 61 47 16 26**
<http://www.berges-et-cie.fr/>

Multimat - 81 r Jules Vernes 31200 TOULOUSE **05 61 62 81 26**
<http://materiel-occasion-machine-outil-toulouse-31.multimat31.com/news.htm>

➤ **Don de vêtements :**

Containers de l'association la Relais
Ramonville - Rue Prévert
Déchèterie - 40 Avenue de Suisse
Rue de l'Eglise
Castanet - Intermarché – 31 route de Labège
Labège- Carrefour
Odars -Mairie

Secours Populaire Français - 6 r Jean Marie Arnaud - 31320 CASTANET TOLOSAN **05 61 27 84 84**

Secours Catholique -délégation Haute-Garonne- 56 r Périole 31500 Toulouse 05 34 25 67 40

Liste non exhaustive..

3/GERER VOS DECHETS DANGEREUX

Médicaments périmés à ramener en pharmacie.

Piles à rapporter dans les bornes chez les commerçants.

Obligation de reprise de votre ancien équipement électrique et électronique lors de l'achat d'un neuf.

Peintures, solvants, white, huile de vidange, pesticides, herbicides... à ne pas jeter dans les éviers : apporter en déchetterie.

4/ACHETER ET CONSOMMER MIEUX

Marchés

Panier bio et local avec des produits de saison

AMAP : Association pour le Maintien de l'Agriculture Paysanne. C'est un partenariat fondé sur un engagement réciproque et solidaire sur le long terme entre un groupe de citoyens mangeurs et la famille de paysans qui les nourrit.

Alliance Midi-Pyrénées-10 ch de Jaffary- 31 200 Toulouse 05 34 25 15 42

Permanence tous les mercredi de 9 h 30 à 18 h

<http://zanzibart.com/amap/amapreseau>

contact@amapreseau-mp.org

Réseau Cocagne

Les Jardins de Cocagne sont des jardins maraîchers biologiques à vocation d'insertion sociale et professionnelle. Livraison d'un panier par semaine.

<http://www.reseaucocagne.asso.fr>

Jardins des Gorges de l'Aveyron-Mexos- 82 140 Feneyrols 05 63 30 94 37

Magasin bio

Nature Et Bio - 106 av Tolosane 31520 Ramonville St Agne 05 61 75 66 86

Signal'Ethic - 5 r 8 Mai 1945 - 31520 Ramonville St Agne 05 61 73 27 97

TORRENT - 27 av Occitanie 31520 Ramonville St Agne 09 64 25 70 12

Bacquet Marie-Claire- 371 chem Limouzin 31330 MERVILLE 05 61 85 15 90

BIO 113- 12 av Lauragais 31320 Castanet 05 61 34 18 96

Achat de papier recyclé, cahier...

Adom Diffusion- ZI Montaudran – 6 imp Didier Daurat- 31400 Toulouse 05 61 34 00 74

<http://www.adom-diffusion.com>

Recharge de cartouches d'encre

Mister-Ink-LPC -86 chemin des Courses 31100 Toulouse 05 34 51 70 29

Cartridge World -2 pl Plan du Port -31700 Blagnac 05 61 78 29 14

-12 av URSS- 31400 Toulouse 05 61 32 87 58

- 8 bd Strasbourg 31000 Toulouse 05 61 13 00 86

- 43 av Toulouse Ccial du Parc - 31240 L'Union 05 34 27 19 61

<http://www.cartridgeworld.fr/>

Cartouche Recycle - 28 r Concorde 31000 Toulouse 05 62 73 08 26

A.C.I.L Services 142 av Jean Chaubet 31500 Toulouse 05 61 75 89 22

5/ Pour aller plus loin...

Nettoyage simple et naturel :

- Remplacer l'adoucissant pour le linge par 2 cuillères à soupe de bicarbonate de soude.
- Pour rendre le moelleux à vos lainages, les laver avec l'eau de cuisson des haricots blancs.
- Pour enlever une tache de cambouis, utiliser de la boue.
- Pour enlever une tache de vin rouge, utiliser du sel aussitôt.
- Pour déboucher les canalisations : une tasse de bicarbonate de soude, une tasse de vinaigre blanc et une demi tasse de sel de cuisine. Attendre une heure et rincer à l'eau chaude
- Pour désherber, utiliser l'eau bouillante de cuisson des haricots.
- Désinfecter frigo, lavabo, baignoire en diluant une tasse de vinaigre dans un litre d'eau.
- Pour astiquer les cuivres ou pour faire disparaître les taches de calcaire des lavabos, mélanger du vinaigre avec du sel.
- Pour faire briller des objets en étain, utiliser de la bière chaude ou des feuilles de poireaux.
- Pour faire briller du cuir verni, utiliser du lait cru.
- Pour détartrer les cafetières, une tasse de vinaigre blanc pendant une nuit puis rincer plusieurs fois.
- Pour nettoyer les sols, mélanger 0.25 l de vinaigre dans 10 l d'eau ou diluer un peu de savon liquide.
- Pour nettoyer les WC, verser une tasse de vinaigre et une poignée de bicarbonate de soude dans la cuvette, attendre que le mélange mousse et nettoyer.
- Pour éloigner les fourmis, piquer un citron de clous de girofle.
- Pour chasser les mites, utiliser des zestes de citron.
- Pour éloigner les moustiques, piquer une orange de clous de girofle.

Recette pour faire des yaourts sans yaourtière

- 1 litre de lait (du lait entier de préférence)
- 1 yaourt du commerce
- (si vous voulez un yaourt qui se tient bien) : du lait en poudre 1-2 cs
- (si vous voulez un yaourt subtilement sucré-vanillé) : 2 sachets de sucre vanillé

Méthode

Porter le lait à ébullition, et enlever la casserole du feu.

Répartir un peu de yaourt (ferment) dans chaque pot en verre, et les remplir de lait à une température entre 37 à 45 °C.

• **En-dessous** de 37 °, le yaourt ne peut absolument pas prendre.

• **Au-dessus** de 45 °, il va tourner (il se désagrègera en moitié-moitié de liquide et de masse solide, impossibles à ré-homogénéiser au mixer

Dans la cocotte minute, mettre à bouillir 3 à 4 cm d'eau. Quand la soupape tourne, vider l'eau et mettre les pots remplis.

Fermer la cocotte

La laisser toute la nuit dans une pièce normalement chauffée, éventuellement remettre un peu sur le feu.

Mettre au frigo le lendemain.

Pour plus d'infos :

Association la GLANERIE
6 chemin de la Flambère - 31300 Toulouse
Tél. : 05 61 26 83 40
<http://www.la-glanerie.org>
Mail : contact@la-glanerie.org