

Guide pratique pour jeter moins

Trier c'est bien,
réduire ses déchets
c'est mieux !



En 2014, un habitant du Sicoval a produit 203 kg d'ordures ménagères résiduelles (poubelle à couvercle gris) par an. **L'objectif à l'horizon 2020** est d'atteindre, grâce à la redevance incitative, **160 kg** et de réduire, dans le même temps, l'ensemble des autres déchets.

« Le meilleur déchet est celui que l'on ne produit pas ! »

À la ville comme à la campagne, en pavillon ou en immeuble, réduire ses déchets contribue à **la préservation des ressources** et à **la diminution des gaz à effet de serre**.

Vous souhaitez réduire vos déchets ?

Ce guide a pour objet de vous aider à **consommer différemment et à éliminer vos déchets autrement**, en adoptant des gestes simples et quotidiens.

Sommaire :

Pages 3 à 7 : Pour ne pas produire de déchets :

Page 3 Changeons nos habitudes

Page 4 Consommez malin

Page 6 Stop au gaspillage alimentaire

Pages 8 à 11 : Pour éliminer vos déchets autrement :

Page 8 Pratiquez le compostage

Page 10 Réutilisez, donnez, vendez

Page 11 Allez vers les filières de recyclage

Page 12 : Nos poubelles à la loupe

Changeons nos habitudes

Le saviez-vous ?

Louer, emprunter, échanger = **21 kilos de déchets évités/habitants/an**

Avant d'acheter un objet neuf, posons-nous les bonnes questions :

- en avons-nous vraiment besoin ?
- allons-nous l'utiliser régulièrement ?
- est-il adapté à nos besoins ?



Alors pourquoi ne pas adopter d'autres solutions ?

- **louer** : aujourd'hui, tout se loue (outils, voiture, jeux...), ce qui permet d'éviter un achat coûteux qui servira rarement,
- **emprunter, échanger ou acheter collectivement** ; le partage avec la famille, des amis ou des voisins permet d'investir dans du matériel utilisé occasionnellement,
- **acheter d'occasion**, dans les brocantes, les vide-greniers, les petites annonces, les ressourceries, les magasins dépôt-vente...



Astuce : pas d'idée de cadeau ? Optez pour un cadeau dématérialisé : une place de cinéma, de concert, un massage... feront toujours des heureux.

La pub ? non merci

Les imprimés publicitaires, 16 kg par personne et par an, sont des déchets que nous ne choisissons pas... nous les subissons. Refusez ce déchet en collant un autocollant Stop Pub sur votre boîte aux lettres.

Demandez-le au **0 805 400 605**

Appel gratuit depuis un poste fixe



Que fait le Sicoval ?

Les participants aux opérations « **Foyers témoins** » et « **Elus témoins** », ont démontré que l'on pouvait passer de **203 kg/habitant/an** à **62 kg**.

Consommez malin !

Le saviez-vous ?

Les emballages représentent **50 %** du volume des ordures ménagères



J'UTILISE MON CABAS.



Faites vos courses avec un cabas ou un panier

J'ACHÈTE À LA COUPE OU EN VRAC.



Évitez les emballages superflus : préférez les produits en vrac, au détail ou à la coupe (fruits et légumes, fromage, charcuterie, céréales et légumes secs...)

JE PRENDS DE LA VAISSELLE RÉUTILISABLE POUR LES REPAS EN PLEIN AIR.



Choisissez éponges ou chiffons plutôt que lingettes ou

essuie-tout, vaisselle réutilisable plutôt qu'assiettes et gobelets jetables, boîtes hermétiques et gourdes plutôt que film plastique et bouteille



Achetez en grand conditionnement le riz, les pâtes, le café... et évitez les mini-portions

JE LIMITE LES EMBALLAGES.



...et buvez l'eau du robinet, 100 fois moins chère que l'eau en bouteille !
Astuce : si elle a un goût de chlore, laissez-là reposer dans une carafe au réfrigérateur.

Que fait le Sicoval ?

« Manger local » : c'est la plaquette à votre disposition pour découvrir les circuits courts et trouver rapidement les producteurs locaux et les marchés de plein vent du territoire.



Consommer malin, c'est s'interroger sur nos modes et habitudes de consommation, sur leurs conséquences, et changer nos comportements

Halte aux produits dangereux !

Utilisez le moins possible les produits qui affichent ces pictogrammes. Ils présentent des **risques pour la santé et l'environnement**.



Gaz sous pression

Comburant



Explosif

Corrosif



Toxique, irritant

Toxique, danger de mort



Inflammable

Dangereux pour l'environnement



Sensibilisant, mutagène, cancérigène

Les autres solutions...

Nettoyez au naturel :

- Le **jus de citron** nettoie vos éponges et retire les taches sur la céramique,
- Le **vinaigre blanc** est un excellent détartrant pour vos robinets, comme pour votre bouilloire et votre cafetière,
- Le **savon noir** fait briller les sols,
- Le **bicarbonate de soude** remplace les crèmes à récurer et dégrasse baignoires, lavabos et joints de carrelage.

Jardinez sans polluer :

- L'**eau chaude de cuisson des féculents** est un excellent désherbant,
- La **cendre** repousse les limaces,
- Le **savon noir liquide** ou le **purin d'orties** sont des anti-pucerons naturels,
- Les **animaux auxiliaires** ou l'**association de certaines plantes** aident à lutter naturellement contre les prédateurs.



Astuce : pour attirer les **hérissons** friands de limaces et d'escargots, laissez un petit tas de branches au fond du jardin ou au pied d'une haie.

Bricolez plus sain pour votre santé et celle de votre famille :

- Pensez aux revêtements de sol **sans colle**,
- Nettoyez ou décapez **mécaniquement**,
- Choisissez des peintures **naturelles ou à l'eau**.

Privilégiez les produits écolabélisés :



NF environnement ou Ecolabel européen, ces labels officiels garantissent des produits efficaces et respectueux de l'environnement et de votre santé. Pour en savoir plus : www.ecolabels.fr

Stop au gaspillage alimentaire !

Pour ne pas produire de déchets...

Le saviez-vous ?

Le gaspillage alimentaire c'est **450 €** jetés à la poubelle par foyer (4 personnes) et par an

N'EN PERDS PAS UNE MIETTE, FINIS TON ASSIETTE !



www.alimentation.gouv.fr

Faites une liste de courses pour acheter selon vos besoins

ACHETEZ MALIN

Achetez en vrac et au détail auprès des producteurs locaux



Résistez aux offres promotionnelles si vous n'en avez pas besoin

Prenez les quantités nécessaires et les denrées périssables en petites quantités

Respectez les règles de conservation

CONSERVEZ EFFICACEMENT

Contrôlez les dates de péremption



Dans le réfrigérateur et les placards, rangez devant les aliments à consommer en priorité

Congelez en portions ce qui a été cuisiné en trop

DLC-DLUO... Qu'ézaco ?

DLC (Date Limite de Consommation) ou « à consommer jusqu'au... » : date après laquelle le produit va s'altérer et devenir impropre à la consommation.

DLUO (Date Limite d'Utilisation Optimale) ou « à consommer de préférence avant le... » : date après laquelle le produit peut perdre ses qualités gustatives et nutritionnelles, mais sans présenter de danger pour la santé.



Astuce : nettoyez régulièrement votre réfrigérateur pour éliminer les bactéries responsables de la dégradation des aliments.

20 à 40 kg par habitant et par an, dont 1/3 de produits encore emballés : tous ces produits auraient pu ou dû être consommés.

Accommodez ou cuisinez les restes
(pain perdu, omelette, pudding, soupe...)

CUISINEZ ASTUCIEUX

Utilisez les reliquats
de préparation (faire
des meringues avec
des blancs d'œuf)



Pour en savoir plus :
www.mangerbouger.fr

Adaptez les quantités cuisinées
aux besoins réels, mangez
raisonnablement et équilibré

**Craquez pour
les légumes
moches !**

**MA BEAUTÉ
EST INTÉRIEURE**

Un grand nombre
d'entre eux sont
jetés en raison de
leur apparence
alors qu'ils sont
parfaitement
consommables et
parfois moins chers



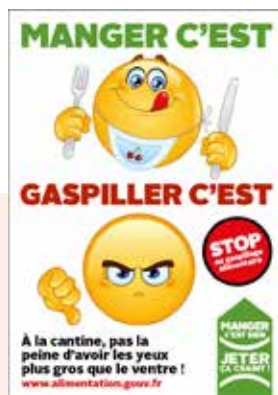
Pensez fruits et légumes de saison
Ils résistent mieux et conservent plus
longtemps leurs qualités gustatives.



**Que fait
le Sicoval ?**

Présents auprès du jeune public,
les animateurs en écocitoyenneté
accompagnent les établissements
scolaires dans leurs actions de lutte
contre le gaspillage alimentaire.

Pour plus d'information :
anim.environnement@sicoval.fr



Pratiquez le compostage

Le saviez-vous ?

Les déchets biodégradables représentent **20 à 30 %** du contenu de la poubelle

Quand peut-on composter ?

Toute l'année ! Le compostage est toutefois ralenti en hiver. Quelle que soit la saison, vous pouvez continuer à alimenter régulièrement votre composteur afin de poursuivre l'activité des micro-organismes.



Dans votre jardin compostez :

- **Vos déchets de cuisine** : épluchures, marc de café, filtres et sachets de thé en papier, pain rassis et restes de repas d'origine végétale...
- **Vos déchets de jardin** : tonte de gazon, feuilles mortes, fleurs fanées, herbes...

Mais ne pas y mettre :



Déchets d'origine animale (viande, os, poisson, crustacés, produits laitiers...), plats préparés et restes de repas.

Dans le jardin ou au pied de votre immeuble, compostez vos **déchets de cuisine ou de jardin**. Tout en réduisant vos déchets, vous obtiendrez un terreau de qualité, le compost, pour vos plantations ou celles de votre résidence.



Composter, c'est transformer les déchets organiques en compost, au lieu de les incinérer

En immeuble, compostez aussi :

Installé au pied de votre immeuble, le **composteur partagé** reçoit les mêmes déchets. Chaque foyer peut les apporter et réduit ainsi également son volume d'ordures ménagères.

Ou lombricompostez :

Vous pouvez également tester le **lombricompostage**, technique permettant de composter en appartement un minimum de déchets biodégradables.



Lancez-vous ! contactez dès à présent le **0 805 400 605** Appel gratuit depuis un poste fixe ou sur www.sicoval.fr

Trop de déchets végétaux dans votre jardin ?

Afin d'évacuer vos déchets de taille et d'éviter les déplacements vers la déchèterie, le Sicoval propose (sur rendez-vous) un service de broyage des branchages à domicile. Le broyat qui en est issu pourra être utilisé en paillage :

- pour économiser de l'eau
- pour redonner de la vie au sol
- pour limiter le désherbage
- pour protéger le sol et le tronc



Que fait le Sicoval ?

- Il vous propose l'achat d'un composteur à un tarif préférentiel,
- Il vous accompagne dans la mise en place des composteurs en pied d'immeuble,
- Il vous forme au lombricompostage.



Réutilisez, donnez, vendez

Le saviez-vous ?

Les associations caritatives présentes près de chez vous collectent les textiles, l'électroménager et le mobilier, mais également les **cartouches d'encre usagées**, les **bouchons en plastique**, les **vieilles paires de lunettes...**



Plutôt que de jeter...



JE DONNE, JE VENDS
AU LIEU DE JETER.



redusansdechets.fr

...donnez ou vendez

- **donnez** aux associations caritatives, à la bibliothèque, aux écoles ou à un particulier,
- **revendez** grâce aux sites internet de petites annonces ou dans un vide-greniers.

...prolongez la vie des objets

- **entretenez régulièrement** le matériel ; vous prolongerez ainsi sa durée de vie. Bricolez, réparez... le tour est joué !
- **adrez-vous à un professionnel** de la réparation : couturière, cordonnier, artisan en électroménager.

JE RÉPARE
OU JE FAIS RÉPARER.



redusansdechets.fr

...soyez créatif :

- réutiliser un objet et lui donner une seconde vie** est à la portée de tous... même si certains sont plus inventifs que d'autres :
- **transformez** votre canette préférée en pot à crayon
- **utilisez** les pots de yaourt pour faire vos semis
- **convertissez** vos bouteilles plastique en jardinière...

Que fait le Sicoval ?

Les fournitures, matériaux, outils dont le Sicoval n'a plus l'utilité peuvent être **échangés** entre services ou **mis à la vente** pour les collectivités, les entreprises ou les particuliers.
Rendez-vous sur : www.webencheres.com

Allez vers les filières de recyclage

Encombrants, électroménager, lampes et ampoules, piles, déchets médicaux, gravats...
Bien orientés, ces déchets ne partiront pas à l'incinération et pourront être traités.

Pensez aux déchèteries

Réservées aux habitants du Sicoval, elles offrent de nombreux services. Il y en a trois sur le territoire :

• Labège :

impasse de la Bourgade
Route de Baziège
Tél. 05 61 39 99 18

• Montgiscard :

RN 113 Lieu dit En Rouzard
Tél. 06 18 33 15 33

• Ramonville-St-agne :

40 avenue de Suisse
Tél. 05 62 88 30 15

Retrouvez les informations sur
www.decheteries-decoset.info

Offrez une seconde vie à vos textiles !

Plus de **40 bornes textiles** sont implantées sur le territoire du Sicoval ; vous pouvez y déposer **linge de maison, vêtements** ou encore **petits sacs, ceintures ou chaussures**, en bon état ou même usés.



Que deviennent-ils ? Pour tout savoir sur cette filière, rendez-vous sur www.lafibredutri.fr

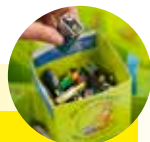
Le saviez-vous ?

4 piles rechargeables = 100 piles jetables

Où déposer vos piles, ampoules et lampes usagées ?

Une seule règle : déposez-les dans tous les magasins qui les vendent, même si vous ne les avez pas achetés là.

Pour tout savoir : www.jerecyclemespiles.com et www.malampe.org



Que faire de vos déchets médicaux ?

Déchets d'activités de soins à risques infectieux (DASRI) : matériel médical à usage unique.

Les boîtes spéciales adaptées à leur stockage sont **fournies gratuitement par les pharmacies** (sur ordonnance) et doivent être déposées dans les points de collecte agréés.

Pour trouver tous les points de collecte, rendez-vous sur www.dastri.fr

Médicaments périmés ou non utilisés

Ils doivent être **ramenés en pharmacie, avec ou sans leur emballage d'origine.**



Attention : pas de pilule ni de sirop dans vos tuyaux ! Jetés dans le réseau d'assainissement ils **détruisent les micro-organismes** chargés de la décomposition des matières présentes dans les eaux usées.

Que fait
le Sicoval ?

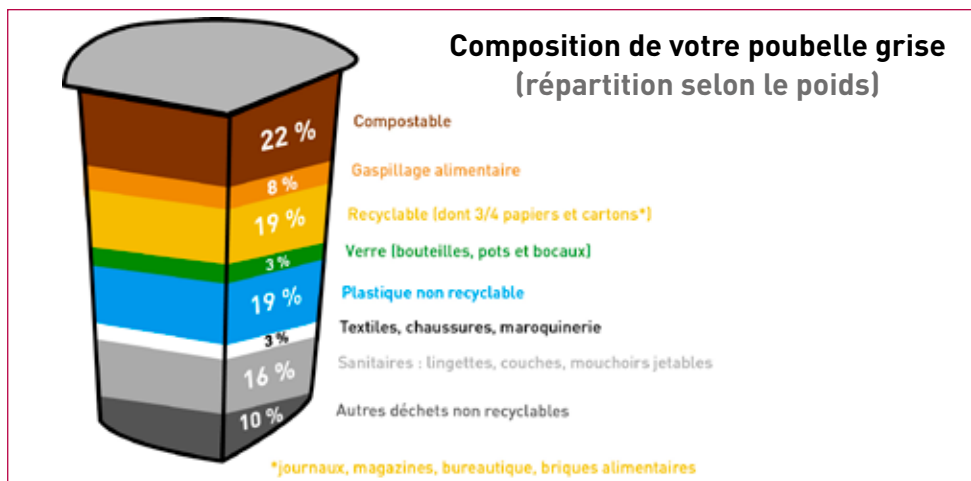
Des points de collecte des piles usagées sont installés à **l'accueil des mairies et de certaines écoles**. Pour vous faciliter le transport, le Sicoval distribue **gratuitement et sur simple demande**, des boîtes Récup'piles individuelles.

Pour éliminer vos déchets autrement...

NOS POUBELLES À LA LOUPE

En 2014 le Sicoval a procédé à une **caractérisation** de notre poubelle grise : cela consiste à en étudier le contenu pour savoir quels types de déchets elle contient.

Emballages en plastique, en verre, en métal, revues, magazines, déchets verts, appareils électriques... ont été isolés et pesés, **à partir de 6 tonnes de déchets prélevés sur 17 communes.**



Toujours trop pleine votre poubelle grise ?

En y regardant de plus près, elle contient encore un grand nombre de déchets qui pourraient être **évités, triés, recyclés ou valorisés.**



Pour votre accompagnement, contactez dès aujourd'hui nos services

au **0 805 400 605** – relation.usagers@sicoval.fr

Plus d'informations sur la redevance incitative et les gestes de réduction, sur www.sicoval.fr rubrique déchets.