

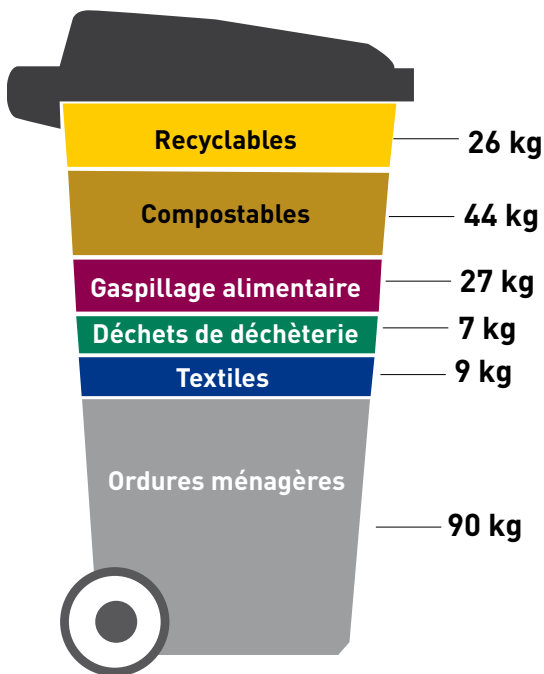
# NOS DÉCHETS

## Pourquoi et comment les réduire ?

Chaque habitant produit en moyenne

**203 kg**

d'ordures ménagères par an



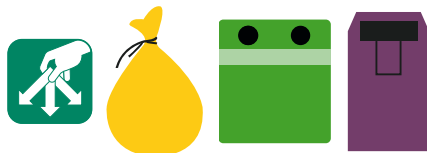
Composition moyenne d'un sac ou d'un bac d'ordures ménagères  
sur l'ouest du Calvados (territoire du SEROC)

Plus de la moitié de nos sacs d'ordures ménagères est composée  
d'erreurs. Voici les solutions pour s'améliorer et réduire ses  
déchets par étape.

# Comment réduire mes déchets ?

## 1) Je trie correctement

- Que ce soit pour le sac jaune, le conteneur à verre, la déchèterie ou le conteneur textile :



je vérifie que j'ai les bons gestes sur mon mémo tri ou sur [www.seroc14.fr](http://www.seroc14.fr)

## 2) J'évite de gaspiller mes aliments

- Le gaspillage alimentaire correspond à **400 € perdu pour un foyer de 4 personnes !**
- Je range correctement mon frigo, je vérifie les dates de péremption, je fais une liste de course, j'achète les quantités nécessaires, je cuisine les restes, etc.



## 3) Je composte, j'élève des poules

- Les déchets compostables sont nombreux : épiluchures de fruits et légumes, coquilles d'œufs, mouchoirs, essuie-tout non gras, marc de café et dosettes souples, thé, feuilles, plantes fanées, brindilles, paille...



- Le compost est un engrais naturel excellent pour le jardin.

- Composter, c'est en moyenne une économie de **104 kg d'ordures ménagères par an par foyer !**

## 4) Je réduis les autres déchets

Comme on ne peut pas changer toutes ses habitudes du jour au lendemain, allez-y progressivement !

### Courses et cuisine

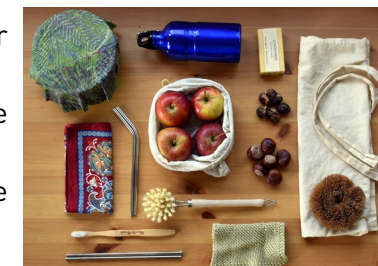
← Parfois des petits gestes changent tout !

- j'utilise un sac cabas, des sacs en tissu pour mes fruits et légumes
- j'achète mes aliments en vrac, j'amène mes propres contenants, j'achète le moins d'emballages possible
- je bois l'eau du robinet
- j'achète des pailles réutilisables
- je fabrique ou j'achète des éponges lavables
- je fabrique ou j'achète des emballages alimentaires réutilisables (bee-wraps, voir tutoriel au dos)
- je n'utilise plus de vaisselle jetable



### Salle de bains

- je me lave avec des savons durs autant pour les cheveux que pour le corps
- j'utilise des cotons lavables, des cotons-tige réutilisables
- je fabrique mes produits d'entretien ou je choisis des produits de base (vinaigre, etc.)



### Quotidien

- je pose un stop pub sur ma boîte aux lettres
- j'utilise une gourde
- j'utilise ma propre tasse pour la machine à café au travail
- je répare ou je fais réparer mes objets électroniques et textiles
- j'achète d'occasion, je vends, je donne, je loue
- je sensibilise mes proches à la réduction des déchets et au recyclage !
- ...

# Pour aller plus loin

## Fabriquer son propre beewrap

Le beewrap remplace le film alimentaire : emballer gâteaux, sandwichs, fruits, etc., couvrir les plats cuisinés et assiettes dans votre frigo, etc.

**1)** Découpez votre tissu aux ciseaux cranteurs au format voulu (n'hésitez pas à réutiliser d'anciens vêtements !)

**2)** Pour être sûr de parer aux éventuels débordements de cire, couvrez la table à repasser d'une serviette éponge ou d'un torchon, sur lequel vous disposez une 1ère feuille de papier sulfurisé.

**3)** Placez le tissu à l'envers et répartissez un peu de cire : attention à ne pas trop en mettre, vous pouvez toujours en rajouter petit à petit aux endroits nécessaires.

**4)** Couvrez de la 2ème feuille de papier sulfurisé. Appliquez le fer à repasser chaud au centre de la feuille sans le soulever, en le tournant sur lui-même pour répartir les billes de cires d'abeille qui fondent du centre vers les 4 coins.

**5)** Ajoutez des petites billes dans les coins si nécessaire. Laissez sécher 2 minutes avant de décoller la feuille de papier sulfurisé du dessus et récupérez votre beewrap prêt à l'emploi !

Le beewrap ne doit pas être en contact avec de la viande ou du poisson cru. Il ne doit pas être soumis à la chaleur. Lavez-le à l'eau froide et au savon.

Votre beewrap est abîmé ? Vous pouvez couper les bords ou le repasser comme indiqué ci-dessus.

### Matériel

- Tissu en coton plutôt fin
- Ciseaux cranteurs
- Cire d'abeille en paillettes
- 2 feuilles de papier sulfurisé
- Fer à repasser
- Option : torchon ou serviette



## Ressources à consulter

 *et bien plus encore !*

- Page Facebook « Ecolo bio Zéro déchet »
- Site internet de Zéro Waste France
- Livre et site internet « Famille Zéro déchet » de Jérémie Pichon et Bénédicte Moret
- Livre et site internet « Zéro déchet » de Béa Johnson
- Mooc Zéro déchet - [www.colibris-universite.org](http://www.colibris-universite.org)
- ...