

# EN QUELQUES CHIFFRES

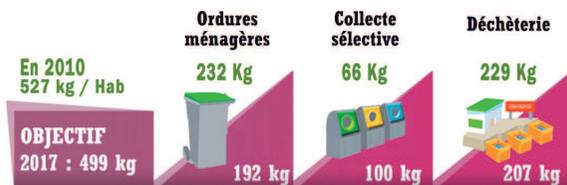
La quantité de déchets a doublé depuis 40 ans et représente des enjeux clés pour l'environnement, l'économie et la santé (*rejet de gaz à effet de serre, épuisement des ressources naturelles, augmentation des coûts liés à la quantité de déchets*).

Dès l'acte d'achat chacun de nous peut réduire sa quantité de déchets.

Le suremballage représente, d'après l'ADEME, jusqu'à 26 Kg de déchets par habitant et par an ! Préférer les gros conditionnements et les éco-recharges, éviter le jetable comme les lingettes et l'essuie tout, ... sont autant de gestes pour réduire nos déchets et réaliser des économies.

**Alors, n'achetons plus nos déchets !**

Trier ses déchets, c'est réduire la quantité d'ordures ménagères et par conséquent réduire ses déchets. Un emballage ou un papier bien trié pourra être recyclé et limitera l'utilisation d'énergie et de ressources naturelles pour la fabrication de nouveaux produits.



## Infos pratiques

Des outils sont à votre disposition auprès du Conseil Général de la Mayenne, de vos communautés de communes et du Pays de Haute Mayenne (*guides, plaquettes...*)

Comment trouver les organismes du réemploi près de chez vous ?

Un annuaire simple et pratique est à votre disposition sur le site Internet des écomotivés 53 :

[www.ecomotives53.fr/annuaire-du-reemploi.html](http://www.ecomotives53.fr/annuaire-du-reemploi.html)



Plaquette consultable et téléchargeable sur :

[www.hautemayenne.org](http://www.hautemayenne.org)

&

sur le site de votre communauté de communes.

Plus d'infos sur les déchets en général sur :

[www.ecomotives53.fr](http://www.ecomotives53.fr)

[www.reduisonsnosdechets.com](http://www.reduisonsnosdechets.com)



# Mes gestes Simples

Pour réduire mes déchets



Plaquette conçue et éditée à 3000 exemplaires par le Pays de Haute Mayenne - mars 2012 - Impression "Leb communication" sur papier recyclé.





# Les gestes simples pour réduire la taille de ma poubelle

De nombreux gestes à réaliser au quotidien nous permettent de réduire la quantité de nos déchets, avec bien souvent un impact économique non négligeable !  
Ce guide vous en rappelle un certain nombre. À vous de jouer !

## 1 Chez moi au quotidien !

**Objectif :** Diminuer significativement la taille de ma poubelle

Au quotidien, je trie mes déchets !

### Dans ma cuisine, je privilégie :

- Les boîtes plastiques réutilisables plutôt que les films protecteurs
- Les achats en grosses quantités, et présentant moins d'emballages
- L'eau du robinet et les légumes en vrac
- Le compostage des déchets de cuisine (épluchures...)

### Dans ma salle de bain, je préfère :

- Le savon au gel douche en flacon
- Les rasoirs électriques ou mécaniques aux rasoirs jetables

### Pour l'entretien, j'adopte :

- La lessive concentrée en gros bidon, plutôt que des dosettes à usage unique
- Le balai brosse et la serpillère, plutôt que les lingettes jetables

### Les produits locaux

En plus de contribuer à la diminution des déchets (*moins d'emballages, résidus verts compostables*), et à la réduction des émissions de gaz à effet de serre (*moins de transport*), la consommation de produits locaux permet de renouer avec la cuisine traditionnelle et de contribuer à une alimentation saine et équilibrée.



## 2 Au travail, à l'école, et au travers de mes loisirs !

**Objectif :** Éveiller ses amis et collègues aux gestes de prévention

- J'utilise de la vaisselle réutilisable lors des événements que j'organise
- Je préfère prendre ma gourde plutôt que d'utiliser une bouteille d'eau lorsque je fais du sport
- J'apporte ma tasse ou mon verre au travail
- Je limite mes impressions et les réalise systématiquement recto-verso
- Je privilégie les cadeaux « dématérialisés » et sans emballages (*places de théâtre, de cinéma, abonnements, etc.*)
- Je donne ou vends les objets et jouets dont je souhaite me séparer
- Pour mes enfants, j'achète du matériel scolaire à longue durée de vie et je privilégie des goûters sans emballages (boîte réutilisable)

(voir plaquette « Réduisons nos déchets à l'école »)

### Les actions de prévention du comité départemental d'escalade de la Mayenne



Photo : Module de tri du CD FFME 53

- Affichages et balisages réutilisables lors d'événements
- Mise en place de points de collecte
- Verres réutilisables
- Nombre limité de publication
- Invitations et autres documents envoyés uniquement par E-mail
- ...

## 3 Dans mon jardin



**Objectif :** Mieux gérer mes déchets verts

- Je composte mes déchets verts
- J'achète des plants en bottes au lieu de conditionnement en petits pots
- Je privilégie des produits naturels et des techniques de jardinage manuel (*paillage, utilisation de compostage*) pour entretenir mon jardin
- Je préfère louer ou mutualiser l'achat de gros équipements (*tondeuse, broyeuse, etc.*)

(Voir plaquette « Jardiner malin »)

## TÉMOIGNAGE

« Nous sommes un foyer témoin de 5 personnes dont 3 enfants et nous quantifions notre production mensuelle de déchets. C'est intéressant d'identifier nos faiblesses et de voir que par des gestes simples, nous pouvons réduire ces quantités. Déjà sensibilisé à la protection de l'environnement et à la réduction des déchets, j'ai vu voir que je pouvais encore m'améliorer. Ma poubelle d'ordures ménagères pesait environ 75 kg le premier mois. En mettant en place le compostage durant le deuxième mois, elle ne pesait plus que 50 kg (21 kg au compost). De plus, je me suis amusé à voir la quantité de couches que je jetais : sur les 50 kg/mois, il y a 35 kg de couches ! Si nous passions aux couches lavables, nous pourrions nous améliorer. »

