

Nous maigrirons ensemble !



et votre Commune

www.bepenvironnement.be



Introduction 3

Achats malins 4

Évitons le suremballage

Voyez les choses en grand !

Bien gérer son frigo

Vous avez pensé à la recharge ?

Des gestes simples ! 10

L'eau du robinet

N'oubliez pas de trier avant de jeter

Il suffisait d'y penser

L'affaire est dans le sac

Et la lumière fut !

La rentrée scolaire 12

Vive la rentrée

Les cadeaux utiles 14

Dites-le... autrement

Offrez-leur une deuxième vie

Soyons bricoleurs

Mutualisez vos budgets

Titres services

Maigrir, oui 16

Solutions 18

Nous sommes tous responsables

Faites circuler, il y a tout à avoir



Introduction

Saviez-vous que chaque fois que vous jetez un déchet dans votre poubelle, vous dépensez de l'argent ? Parce que chaque kilo de déchets a un coût. Un coût de collecte, mais également un coût de traitement...

Les ordures ménagères sont des déchets non recyclables. Elles sont donc directement acheminées vers des centres de traitement (Incinérateurs, Centres d'Enfouissement Technique...). Des centres qui respectent des réglementations de plus en plus strictes... et donc de plus en plus coûteuses.

Si le coût du traitement ne cesse d'augmenter, c'est parce que les techniques qui lui sont liées sont, elles, de plus en plus pointues, de plus en plus exigeantes. Et ce coût, c'est vous qui le payez...

Aussi, l'une des solutions pour faire des économies dans votre ménage, c'est de réduire le volume de vos poubelles. Comment ? C'est simple, en limitant la production de déchets.

Cette brochure fourmille de conseils pratiques et malins pour vous aider à réduire la production de vos déchets ménagers. En les appliquant, vous ferez non seulement des économies, mais vous poserez un geste citoyen pour la protection de notre environnement.



Achats malins

Évitons le suremballage

Le meilleur déchet est celui qui n'existe pas... Avouons-le, cet objectif "0 déchet" est impossible à atteindre. Mais nous pouvons au moins tenter d'en diminuer sérieusement la quantité.

Pour y arriver, remontons... à la source, c'est-à-dire au magasin. Avez-vous déjà fait attention au volume de déchets que représentent les emballages inutiles ?

Ainsi, pourquoi pas...

- choisir entre deux produits celui qui a la durée de vie la plus longue et qui offre le moins d'emballages à jeter ;
- acheter ses fruits, ses légumes, sa viande en vrac ou à la découpe ;
- acheter le grand pot de yaourt plutôt que les six portions individuelles qui seront quand même mangées en deux coups de cuillère à pot ;
- prévoir un panier, un sac réutilisable ou un filet pour faire les courses, plutôt que les sacs jetables ;
- préférer le produit concentré (produits d'entretien, lessives...) qui nécessite moins d'emballages tout en étant aussi efficace.

Plus de 30 % du poids (et 50 % du volume) de notre poubelle sont constitués d'emballages ! Pensez-y lorsque vous ferez vos prochains achats.

Et pour les déchets inévitables...

- choisissons des emballages qui peuvent être facilement recyclés et évitons autant que possible les emballages multi-matières (comme les briques de jus ou de lait) ;
- offrons une seconde vie aux cartons, papiers cadeaux, boîtes munies d'un couvercle et barquettes d'aluminium ;
- trions nos déchets.

Voyez les choses en grand !

Saviez-vous que pour une quantité équivalente de produit, les grands conditionnements génèrent moins de déchets d'emballage ?

La "mode" des produits emballés individuellement fait de nombreux adeptes. Mais elle augmente la quantité des déchets et surtout le prix des produits dans les rayons de votre magasin !

Dans bien des cas, il existe une solution "grand conditionnement" pour des produits de tous les jours...

- les épices : préférez les pots de 500 gr, voire 1 kg que vous transvasez dans des petits pots réutilisables au fur et à mesure de vos besoins ;
- les cosmétiques : optez pour le "gros" bidon de shampoing, de bain mousse...
- les boissons : achetez plutôt une bouteille de 2 l que le pack de 6 x 0,5 l ;
- les denrées non périssables : le sel, le sucre, le café, les céréales, les pâtes, le riz... existent dans des conditionnements importants, faciles à stocker et à conserver ;
- les aliments pour animaux : là aussi les grands volumes existent, tout aussi pratiques que les petits conditionnements.

Pas besoin d'avoir une famille nombreuse pour réduire le volume de ses déchets. Faites le test : comparez le prix à l'unité des produits conditionnés en grand volume... Vous êtes gagnants à tous les coups !



Le Belge dépenserait près de 250 € en emballages par an. En 30 ans, le volume des déchets d'emballage a été multiplié par 5, voire 50 pour certains matériaux comme le plastique. Acheter malin, c'est aussi une question d'économie !



Bien gérer son frigo

Saviez-vous que le gaspillage alimentaire, c'est-à-dire les produits entamés et ou périmés, représenterait près de 7,5 % des déchets jetés à la poubelle ? C'est de l'argent directement perdu. Sans oublier que tout ce que l'on met dans son assiette a été produit en consommant de l'énergie, de l'eau, des fertilisants, des pesticides... tout en générant d'autres déchets.

Pour bien gérer son frigo, quelques gestes simples s'imposent :

- avant de les placer dans notre caddie, vérifions les dates de péremption des denrées alimentaires ;
- une fois à la maison, plaçons les aliments à conserver au frais le plus rapidement possible dans la zone la mieux adaptée du réfrigérateur ;
- lorsque nous entamons un produit conservé au frigo, notons la date d'ouverture ;
- appliquons le principe du "premier entré, premier sorti" pour les produits frais ne portant pas de date de péremption (légumes, fruits...) ;
- pensons à nettoyer régulièrement le frigo afin d'éviter la prolifération de micro-organismes responsables de la détérioration des aliments ;
- passons souvent en revue le contenu de notre frigo pour éviter que des aliments en dégradation ne viennent en altérer d'autres ;
- pour la conservation des restes, optons pour des récipients adaptés et hermétiques et non pour des plats ayant servis à la cuisson ou au service ;
- évitons de laisser des aliments dans des boîtes de conserve ouvertes...

Et n'oublions pas... *Bien gérer son frigo, c'est aussi veiller à la qualité de son alimentation.*

Et si on préparait une liste des courses ?

La liste des courses permet d'effectuer moins d'achats impulsifs (que l'on fait sans intention préalable) qui peuvent, dans certains cas, représenter jusqu'à 70 % de nos choix de consommation ! Alors, cette fois, c'est décidé : je vérifie ce qu'il me reste dans mon frigo et dans mes armoires pour éviter les "doublons", j'achète en fonction des besoins réels du ménage et de nos habitudes alimentaires, je vérifie les dates de péremption de nos réserves... Et je me contente d'acheter ce que j'ai noté sur ma liste !

Vous avez pensé à la recharge ?

Avez-vous pensé à l'écorecharge pour limiter la production de déchets ?

Le principe est simple : l'emballage initial de votre produit est plus solide et peut être rempli autant de fois que possible avec du produit contenu dans un emballage plus léger et plus écologique, à savoir la recharge.

Les recharges sont plus faciles à transporter et à stocker. Beaucoup de produits sont désormais proposés sous la forme de recharges :

- les lessives liquides, les adoucissants ;
- les produits d'entretien ;
- certains produits cosmétiques, tels que les shampoings, les savons liquides, les cotons-tiges...
- les produits "de bureau", comme les porte-plumes à réservoir ou à cartouches, porte-mines, feutres, papier collant, dérouleurs pour rubans de colle ou de correcteur...

Saviez-vous qu'un produit concentré est tout aussi efficace qu'un produit traditionnel, tout en générant moins de déchets d'emballage ?

Il faut toutefois bien respecter les consignes reprises sur l'emballage : un produit concentré doit toujours être utilisé en plus petite quantité qu'un produit non concentré. C'est le cas pour :

- les lessives, les assouplissants ;
- les produits d'entretien ;
- les détergents pour lave-vaisselle ;
- les déodorants compacts.



Restons concentrés...

En n'utilisant que des lessives concentrées, nous réduirions de 85 % par an notre production de déchets d'emballage pour la lessive ! Ce n'est pas tout : pour 5 litres de lessive liquide, la différence de prix entre le produit classique et l'écorecharge est de plus de 1 euro ! Faites le calcul...

Reconnaître un produit concentré n'est pas toujours facile. Reportez-vous aux indications mentionnées sur l'emballage. Diverses appellations sont utilisées : "concentré", "compact", "micro", "perles", "ultra", "super", "liquits", "1 l = 4 l", "liquitabs", "capsules"... Autant de bons tuyaux pour faire des économies.

Des gestes simples

L'eau du robinet

Jusqu'à la dernière goutte

L'eau en bouteille est entre 70 et 300 fois plus chère que l'eau du robinet !

En effet, aujourd'hui, en Wallonie, un mètre cube d'eau de distribution coûte en moyenne 2,4 euros TTC, c'est-à-dire 0,24 eurocentimes le litre. Une bouteille d'eau d'1,5 litre coûte entre 25 eurocentimes et 1 euro.

Saviez-vous que les normes de potabilité et de qualité pour l'eau du robinet sont beaucoup plus sévères que pour les eaux en bouteille ?

En réalité, les eaux en bouteille ne sont pas soumises à toutes les exigences imposées à l'eau de distribution. Celle-ci doit satisfaire à plus de 50 critères avant d'arriver au robinet.

Les Sociétés de distribution d'eau mettent quotidiennement tout en œuvre pour assurer la protection de l'eau et sa qualité. Il s'agit en effet d'un enjeu de santé publique tant les usages de l'eau du robinet sont importants : café, thé, soupe, nettoyage et cuisson des aliments, glaçons... sans oublier l'hygiène corporelle.

La surveillance continue et les analyses effectuées tout au long de son parcours (du captage au robinet) en font le produit alimentaire le plus contrôlé !

Alors, pourquoi ne pas ouvrir le robinet d'eau froide lorsque l'on a soif ? C'est simple, économique et très bon ! L'eau du robinet est disponible 24 h/24, 7 j/7, directement à votre domicile.

Quoi ? Vous trouvez que votre eau de distribution a un "petit goût" ? 20 minutes au frigo ou quelques gouttes de citron suffisent à lui rendre tout son charme. A votre santé (et à celle de votre portefeuille) !



à jeter

Pourquoi faut-il trier ses déchets ? Pour ne pas qu'un déchet recyclable termine sa vie à la poubelle !

Trier, c'est rendre le recyclage possible. Mais comme tous les matériaux ne se recyclent pas de la même manière, il faut absolument les séparer les uns des autres pour espérer leur donner une deuxième vie...

Mais trier, c'est avant tout, réduire le volume des déchets qui finissent dans votre poubelle d'ordures ménagères. Deux autres types de solutions existent : la collecte sélective en porte-à-porte (P.M.C., papiers-cartons...), ou le dépôt au parc à conteneurs.

Cocorico !

Tous les jours, les ménages belges trient leurs déchets avec soin. D'ailleurs, les Belges font partie des meilleurs trieurs d'Europe ! En 2005, 9 emballages sur 10 ont été recyclés. Et vous, où en êtes-vous avec le tri ?

Les sacs verre

Il suffisait d'y penser...

Plus vert que le verre...

Saviez-vous que les bouteilles consignées ne génèrent... aucun déchet d'emballage ? Cela a l'air évident, mais il faut se souvenir qu'une bouteille consignée que l'on rapporte au magasin contre remboursement, c'est des économies sur toute la ligne !

La limonade, l'eau (même s'il est préférable de boire celle du robinet), le lait, le vin, la bière... sont tous disponibles en bouteilles consignées.

Et quand le verre n'est pas consigné, il peut :

- être réutilisé comme bocal de rangement ou de conservation ;
- être déposé dans les bulles à verre ;
- être déposé au parc à conteneurs ;

Le verre, recyclable à l'infini !

Le verre est une des matières recyclables à l'infini. Une fois collecté, le verre est purifié, avant d'être broyé pour devenir du grèsil. Il est ensuite recyclé pour reprendre vie sous la forme de bouteilles, de flacons ou de bocaux en verre.

L'affaire est dans le sac

En 2003, trois milliards de sacs à usage unique étaient distribués en Belgique, ce qui représentait 680 sacs par an et par ménage (presque 2 par jour !) et 15.000 tonnes de déchets non recyclés ! Si le sac de caisse à une durée de vie moyenne de 20 minutes, il met environ 400 ans pour se décomposer.

Pour transporter vos achats, il existe d'autres solutions :

- le box pliable qui prend peu de place dans le coffre de la voiture ;
- le smart box, ce bac en plastique avec anses et adapté aux caddies ;
- le cool box, sac souple avec des parois isolantes pour le transport des surgelés ;
- le sac réutilisable en PELD (polyéthylène basse densité) ;
- le sac en coton ou en toile de jute, certains pouvant être spécialement conçus pour le transport de bouteilles ;
- le caddie à roulettes, qui fait son "grand retour" dans nos ménages ;
- la caisse en carton, que l'on peut utiliser plusieurs fois avant de la recycler...





Et la lumière fut !

Une ampoule économique consomme non seulement moins d'énergie qu'une ampoule classique, mais elle dure aussi beaucoup plus longtemps ! Et contrairement à ce que certains disent, les ampoules économiques éclairent tout aussi bien.

L'éclairage représente en moyenne 3 % de la facture énergétique d'un ménage. Ainsi, le remplacement d'une ampoule classique, à incandescence, de 60 W par une ampoule économique de 14 W représente une économie de 90 €, achat compris, sur toute la durée de vie de celle-ci (qui peut aller, pour les meilleures d'entre elles jusqu'à 15.000 heures).

Faites le bon choix

Pour remplacer efficacement votre ancienne ampoule par une ampoule économique, divisez la puissance de la première par 4 pour être certain de disposer de la même intensité lumineuse

Incandescence	Économique
40 W	10 W
60 W	14 W
75 W	18 W
100 W	23 W

Par ailleurs, en remplaçant toutes les ampoules traditionnelles de votre maison par des ampoules économiques, vous produisez 3 fois moins de déchets d'ampoules ! Les ampoules économiques apportées au parc à conteneurs sont recyclées à 98 % contrairement aux ampoules à incandescence et halogènes. Le mercure est extrait des ampoules pour être recyclé et ne termine donc pas dans la nature.

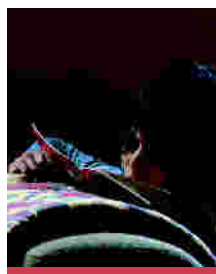
La rentrée scolaire

Vive la rentrée !

Et si vous optiez pour une rentrée scolaire respectueuse de l'environnement ? Mine de crayon... Ou plutôt, mine de rien, vous réaliseriez de belles économies.

Il suffit de se poser les bonnes questions pour faire de sérieuses économies...

- Faut-il vraiment changer de cartable, de plumier ou de sac de gym ? Parce que s'ils ne sont pas encore usés, ce serait dommage de les jeter pour en acheter de nouveaux.
- Faut-il vraiment acheter cette gomme fluo ? Les gadgets sont souvent plus nocifs pour l'environnement... et pour votre portefeuille. Mieux vaut choisir des articles fabriqués à partir de matières naturelles ou recyclées, ne contenant pas de produits toxiques. Des produits solides, durables, dans des matériaux recyclables sont des achats bien plus malins. Préférons la latte en bois ou en métal, à celle en plastique fragile.
- Ces emballages sont-ils vraiment utiles ? Alors, pourquoi ne pas opter pour des fournitures scolaires sans emballage ?
- L'usage unique est-il le bon plan ? Non. Mieux vaut privilégier le pot de colle que l'on peut recharger ou le porte-plume qui utilise des cartouches d'encre.
- Le classeur plastifié aux couleurs de l'équipe de foot est-il indispensable ? Le classeur en carton recyclé avec des coins et des anneaux en métal fera tout aussi bien l'affaire. Il est indémodable, lui. Et pour le compléter, optez pour du papier 100 % recyclé.
- Avec quoi vais-je emballer les repas de midi ? Et si on utilisait une belle boîte à tartines ? Ecologique et économique, elle offre surtout une meilleure protection aux aliments qu'elle contient. Trop volumineuse ou trop "ringarde" ? Pourquoi ne pas penser au sachet réutilisable ?
- Cannelles ou berlingots ? Ni l'un ni l'autre. Pensez à la gourde ou à la grande bouteille d'eau que l'on utilise plusieurs fois.



Le Belge est un très grand consommateur de papier : près de 340 kg/an/habitant ! Alors, avant d'imprimer, posez-vous LA bonne question : faut-il vraiment que j'imprime ce document ? Si c'est indispensable, pensez à le faire en recto/verso, à le faire en mode "2 pages en 1" ou encore à utiliser le verso des feuilles déjà imprimées comme papier-brouillon.

Les cartouches d'encre des imprimantes et télécopieurs sont collectées dans les parcs à conteneurs. Via les filières de recyclage, elles sont remplies et remises sur le marché.

Les cadeaux utiles

Dites-le... autrement

C'est l'anniversaire de votre petit neveu et vous n'avez aucune idée de cadeau ? Et si vous optiez pour un jouet en bois, un jouet utile ou un vêtement ?

Le gadget bon marché et qui ne dure que le temps de le déballer ne lui laissera aucun souvenir. Le cadeau solide et durable, lui, vous rappellera à ses bons souvenirs...

Il y a aussi le cadeau "dématérialisé", que l'on peut offrir sans retenue : la place de cinéma, la séance de relaxation dans un salon de soins du visage, le stage de spéléologie, les cours de langue, l'abonnement internet, la réservation dans un bon restaurant, l'abonnement à la médiathèque ou à la ludothèque, le chèque-voyage... Bref, il y en a pour tous les goûts, tous les budgets et sans produire le moindre déchet !

Offrez-leur une deuxième vie !

Cette veste ne vous plaît plus ? Votre ancien PC est encore parfaitement opérationnel ? Votre fille est maintenant trop grande pour jouer aux poupées ? Beaucoup d'objets de la vie quotidienne peuvent facilement trouver une deuxième vie... A condition de ne pas terminer dans la poubelle !

S'ils peuvent encore servir, pensez à réutiliser, donner ou même revendre des objets dont vous n'avez plus l'usage.

Vous avez pensé aux artisans ? Avant de jeter un objet, pensez aux ateliers de retouche, cordonniers, rempailleurs de chaises, dépanneurs d'électroménagers... Ils ont peut-être une solution à vous proposer.

Pensez aussi aux autres... Un don est un geste simple, qui fait le bonheur de celui qui reçoit, comme de celui qui donne.





Soyons bricoleurs !

Il suffit parfois d'une petite idée pour redonner vie à un objet, un meuble.

- décaper, repeindre et patiner ou appliquer un pochoir sur un vieux meuble permet de renouveler sans grands frais votre mobilier ou votre décoration intérieure ;
- remplacer les boutons des tiroirs, les poignées des portes redonne une nouvelle jeunesse à vos meubles ;
- utiliser un fin treillis à poule pour remplacer une vitre cassée ou un miroir manquant donne un effet "métallique" très actuel...

Mutualisez vos budgets

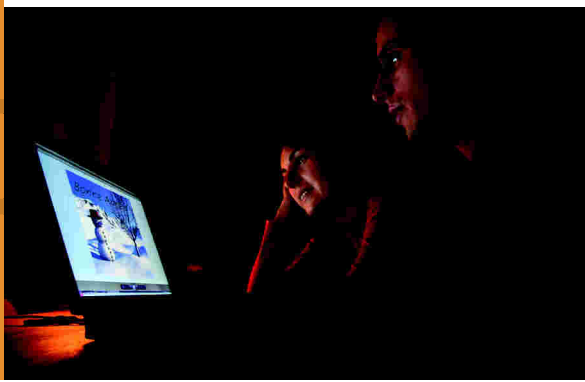
Et si à la place d'offrir plusieurs petits cadeaux pas chers vous pensiez à faire un cadeau en commun ?

Titres services

Plus pratiques mais moins ludiques, les titres services peuvent agréablement aider des personnes moins valides ou submergées de travail pour de menus travaux d'intérieur ou d'extérieur. Infos : www.onem.fgov.be.

Dites-le par e-mail

Une carte de vœux qui traîne quelques heures sur le coin d'une table avant de finir à la poubelle est un exemple de déchet inutile. Et pourquoi ne pas envoyer une carte virtuelle ? De nombreux sites vous proposent de réaliser votre carte sur mesure, de la personnaliser et de l'envoyer... Sans frais et sans générer de déchets.



Maigrir oui. Mais pas à n'importe quel prix !

On peut tout faire pour réduire le volume de ses poubelles. Tout... ou presque.

Pas question, par exemple, de brûler ses ordures ménagères dans le fond de son jardin. C'est une très mauvaise habitude à oublier au plus vite. C'est d'ailleurs strictement interdit par la loi.

Les rejets polluants des feux de jardin, dans ce cas-ci principalement les dioxines (PCDD) et les furannes (PCDF), sont de 100 à plus de 10.000 fois plus élevés que dans une usine d'incinération de déchets ménagers. Concrètement, cela signifie qu'une vingtaine de ménages qui incinèrent quotidiennement leurs déchets polluent autant qu'un incinérateur traitant jusqu'à 200 tonnes de déchets par jour !

Pensez au compostage !

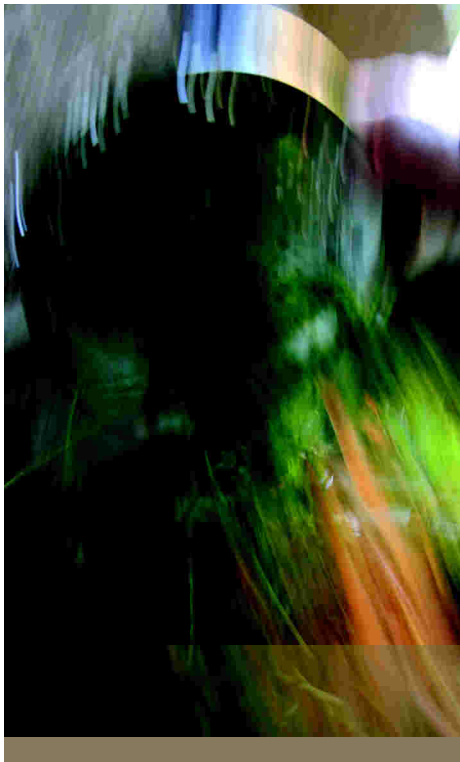
Le compostage à domicile permet de disposer d'un compost naturel tout en éliminant, sans frais, les déchets organiques du ménage.

Quels sont les déchets qui entrent dans la composition d'un compost ?

- les déchets verts : tailles de haies, tontes de pelouses, branchages, feuilles mortes...
- les déchets alimentaires : épluchures de fruits et de légumes, restes de repas, marc de café, coquilles d'œufs...
- les autres déchets organiques : fumiers, paille, fruits pourris, copeaux et sciure de bois, cendres de bois...



Les fumées de votre feu de jardin ne sont pas filtrées et les conditions dans lesquelles vous brûlez vos déchets ne sont absolument pas contrôlées. A côté du danger direct que l'incinération à domicile représente, il faut savoir que les fumées rejetées contiennent des éléments cancérigènes et chargées de poussières nocives.



Non aux dépôts clandestins.

On a tous déjà vu le triste spectacle des abords d'une bulle à verre : certains y abandonnent des sacs, des cartons et d'autres types de déchets. Puis il y a ceux qui ne prennent même pas la peine de jeter leurs verres dans les bulles, les laissant aux pieds de celles-ci. Le verre cassé représente alors un réel danger et peut occasionner des coupures.

Mais les dépôts clandestins, outre leur caractère inesthétique, présentent de multiples inconvénients et dangers :

- pollution des sols ;
- pollution des eaux ;
- odeurs nauséabondes ;
- humidité dans ou autour des bâtiments voisins ;
- présence d'animaux (insectes, rongeurs, oiseaux, animaux domestiques...).

C'est un comportement puni par la loi qui, en fin de compte, coûte bien plus cher que ce que l'on croit économiser en agissant de la sorte.

Une tonne par jour !

Savez-vous qu'en Province de Namur, on ramasse près de 1000 kg/jour de déchets clandestins rien qu'aux pieds des bulles à verre ?

C'est une tonne par jour !



Nous sommes tous responsables

Saviez-vous que pour la Province de Namur, les déchets ménagers représentent 260.000 tonnes par an ?

Heureusement, grâce à vos efforts de tri et aux services mis en place, plus de 155.000 tonnes de déchets ont pu être recyclés ou valorisés en 2006.

Pour prendre en charge vos déchets, nous avons mis en place diverses solutions :

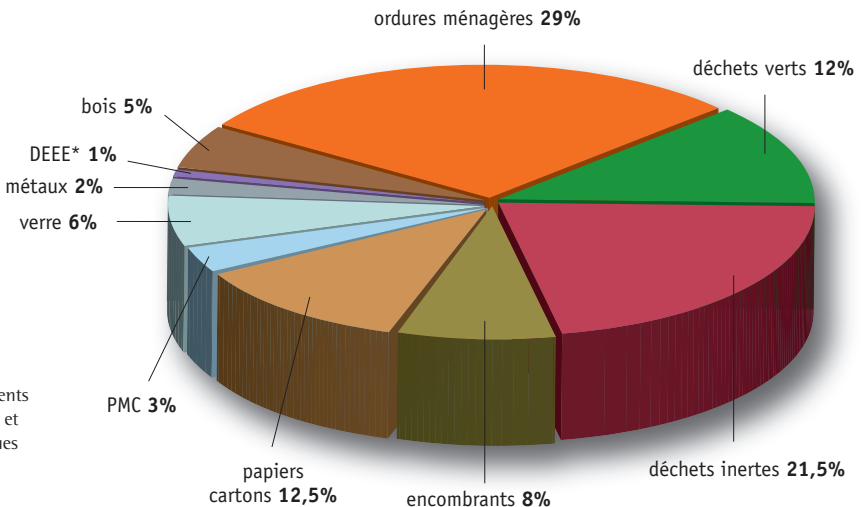
→ les collectes en porte-à-porte : un camion passe devant chez vous pour ramasser vos sacs bleus P.M.C., vos papiers-cartons, vos encombrants et vos déchets ménagers résiduels ;

→ les bulles à verre : il y en a près de 2.000 sur tout le territoire de la Province de Namur et le verre, rappelons-le, est une matière recyclable à l'infini ;

→ les parcs à conteneurs : ils sont 32 répartis sur tout le territoire, prêts à accueillir vos déchets triés ; des déposités sont à votre disposition pour vous guider et vous conseiller.

Alors, pour limiter le volume des déchets qui terminent leur vie dans un Centre d'Enfouissement Technique (CET), pensons à adopter des gestes simples pour réduire notre production de déchets.

Les déchets collectés en Province de Namur en 2006



*Déchets d'Equipements Electriques et Electroniques

ons

Faites circuler, il y a tout à savoir

Et si cette brochure ne restait pas sans suite ?

D'abord, parce qu'elle vous aura convaincu de l'utilité et, surtout, de la facilité de réduire le volume de vos ordures ménagères.

Ensuite, parce que vous aurez pris conscience que réduire sa production de déchets ménagers, c'est à la fois bon pour l'environnement et bon pour votre portefeuille.

Enfin, parce que cette brochure peut être partagée, échangée, passer de mains en mains pour que d'autres, à leur tour, agissent concrètement sur le volume de leurs poubelles.

Maigrir est d'abord une question de volonté.

L'une des sources de motivation les plus sûres, c'est de partager son expérience avec d'autres.

Alors, faites circuler cette brochure. Donnez-lui, à elle aussi, une deuxième, une troisième, une quatrième... vie.

La production de déchets en Province de Namur

Après une forte croissance, une certaine stabilisation de la production globale des déchets (toutes matières confondues) est constatée depuis quelques années :





BEP Environnement

Intercommunale de gestion des déchets ménagers en Province de Namur

Avenue Sergent Vrithoff, 2
5000 Namur

Tél. : 081 71 82 11

Fax : 081 71 82 50

www.bepenvironnement.be