

GUIDE

# RÉDUISONS NOS DÉCHETS AU QUOTIDIEN



# CHACUN DE NOUS JETTE

## 623 Kg de déchets par an

\* Données RA Bil Ta Garbi 2020

- ▶ Une partie est triée et recyclée grâce au geste de tri des habitants chez eux et en déchetterie
- ▶ Une partie a été valorisée en compost et en énergie grâce à nos installations
- ▶ Une partie est encore enfouie car non recyclable et non valorisable

+ DE 1,5 KG  
DE DÉCHETS JETÉS  
CHAQUE JOUR  
PAR HABITANT



## RÉDUIRE LA QUANTITÉ DE NOS DÉCHETS, C'EST... :

- ▶ Avoir moins de déchets à collecter, transporter et traiter
- ▶ Limiter les dépenses de gestion publique des déchets
- ▶ Limiter notre consommation de ressources naturelles
- ▶ Limiter la pollution et les impacts sur l'environnement
- ▶ Faire des économies
- ▶ Soutenir la solidarité et l'économie circulaire
- ▶ Préserver notre santé



# AVEC CE GUIDE PRATIQUE

le Syndicat Bil Ta Garbi vous fait faire des économies et du bien à la planète, en vous apportant des pistes et astuces pour réduire chaque jour la production de vos déchets.

Ce guide peut être téléchargé sur notre site [biltagarbi.fr](http://biltagarbi.fr) et être complété par d'autres gestes pour lutter contre le gaspillage alimentaire, favoriser le compostage et le jardinage au naturel, ...



## SOMMAIRE

- |    |   |    |  |
|----|---|----|--|
| 4  | RÉDUIRE MES DÉCHETS À LA MAISON         | 6  | RÉDUIRE MES DÉCHETS LORS DE MES ACHATS       |
| 8  | RÉDUIRE MES DÉCHETS AU TRAVAIL          | 9  | RÉDUIRE MES DÉCHETS À L'ÉCOLE                |
| 10 | RÉDUIRE MES DÉCHETS PENDANT MES LOISIRS | 11 | CONSOM'ACTEUR/TRICE: 10 QUESTIONS À SE POSER |



LE MEILLEUR DÉCHET  
EST CELUI QUE L'ON  
NE PRODUIT PAS !



# À LA MAISON



**J'UTILISE** des produits **simples** et **respectueux** de l'environnement comme le vinaigre blanc, le bicarbonate de soude, le savon noir ou affichant des éco-labels pour faire mon ménage et mes produits cosmétiques. Ma santé en sera préservée et l'utilisation de produits dangereux réduite. Je pense à faire **moi-même** plutôt que d'acheter tout prêt. C'est aussi éliminer les produits chimiques nocifs et les emballages.

## JE PEUX FAIRE MOI-MÊME

- ▶ MA LESSIVE
  - ▶ MON NETTOYANT
  - ▶ MON MULTISURFACE
  - ▶ MES NETTOYANTS TOILETTES
  - ▶ MES BE-WRAPP
  - ▶ MES TAWOSHI
- .../...

Toutes nos  
recettes pour  
faire soi-même  
sont sur  
**BILTAGARBI.FR**



### ASTUCE !

Je découpe dans une serviette de toilette abimée des carrés, et je couds leurs bords. Ainsi, avec 10 carrés démaquillants lavables, j'économise plus de 3 000 cotons jetables !

## STOP AU JETABLE

**1 Kg de lingettes = 1 Kg de déchets !!**

Elles finiront à la poubelle et ne sont pas plus efficaces qu'un torchon ou qu'un tissu microfibre par contre elles coûtent beaucoup plus cher !



Demandez votre autocollant Stop-Pub sur [biltagarbi.fr](http://biltagarbi.fr)

ATTENTION

Les emballages présentant des logos aux losanges rouges doivent aller à la déchetterie car ils contiennent des éléments dangereux.



## DANS LA CUISINE, JE PEUX :

- ▶ **CUISINER** mes restes de repas conservés dans des boîtes réutilisables
- ▶ **UTILISER** un emballage alimentaire réutilisable (bee-wrap, charlotte...)
- ▶ **FABRIQUER** mon liquide vaisselle

## DANS LA SALLE DE BAIN, JE PEUX :

- ▶ **UTILISER** des produits rechargeables
- ▶ **UTILISER** des produits solides, sans emballage
- ▶ **PRÉPARER** mes cosmétiques et produits d'entretien

ET SI JE PRODUIS UN DÉCHET, JE PENSE A BIEN LE TRIER



## DANS LE JARDIN, JE PEUX :

- ▶ **COMPOSTER** mes biodéchets (organiques et déchets verts)
- ▶ **ADOPTER** les méthodes de broyage, paillage, mulching...

EN SAVOIR PLUS :

Consultez les guides

« **JARDIN ZÉRO DÉCHET** »  
&  
« **POTAGER ZÉRO PHYTO** »

# LORS DE MES ACHATS



**JE PRIVILÉGIE** l'achat des produits de **qualité** qui vont **durer dans le temps** et des produits réparables, et s'ils tombent en panne je pense réparation.

**JE FAIS MES COURSES** avec **un cabas** ou **un panier** et j'évite les sacs à usage unique.

**QUALITÉ • DURABILITÉ • RÉPARATION**

**STOP**

NOUS UTILISONS EN MOYENNE UN SAC JETABLE QU'UNE VINGTAINE DE MINUTES !  
ALORS QU'IL RESTE UNE ÉTERNITÉ DANS LA NATURE.



**J'ESSAIE** le plus possible de choisir des produits avec **peu d'emballages** (produit concentré, avec recharge, grand conditionnement, vrac ...).

## ASTUCE !

Besoin d'un appareil à raclette, d'une tondeuse, d'un lit parapluie : je pense prêt, location d'objets. De nombreux sites Internet existent ou tout simplement je demande à mes collègues, ou à mes voisins et ainsi je crée du lien.

**MOINS D'EMBALLAGES =  
MOINS DE MATIÈRES PREMIÈRES +  
MOINS DE TRANSPORT +  
MOINS DE DÉCHETS !**

**MOINS D'EMBALLAGES,  
C'EST QUE DU +  
POUR NOTRE ENVIRONNEMENT !**



## JE CONSOMME ÉCO-RESPONSABLE :

EN FAISANT MA LISTE DE COURSE POUR N'ACHETER QUE LE NÉCESSAIRE

- ▶ **JE PRENDS** mon sac cabas ou mon panier
- ▶ **JE PRENDS** mes contenants réutilisables (sac à pain, bocaux, filets ou sachets àovac...)
- ▶ **JE PRÉFÈRE** les emballages consignés qui servent plusieurs fois
- ▶ **JE CONSOMME** des légumes, des fruits de saison et des produits locaux
- ▶ **JE PRIVILÉGIE** le matériel de seconde main



Offrons toujours une seconde vie à nos déchets avec l'annuaire des réparateurs de votre région sur :

[www.reparateurs-aquitaine.fr](http://www.reparateurs-aquitaine.fr)



### ASTUCE !

En buvant l'eau du robinet, j'évite de l'emballage et elle coûte 40 à 300 fois moins cher.

## POUR MES ACHATS EN LIGNE, JE PENSE A :

- ▶ **ACHETER** de seconde main et/ou reconditionné
- ▶ **GROUPER** mes achats
- ▶ **RÉUTILISER** les cartons de livraison

## POUR MES TEXTILES, MES OBJETS, MES APPAREILS

- ▶ **JE PRIVILÉGIE** le réemploi (boutiques, sites Internet...)
- ▶ **JE PENSE** aux recycleries, zones de gratuité, vide-greniers...

# AU TRAVAIL



## MES ACHATS PROFESSIONNELS

J'achète comme pour la maison des éco-labels, des **produits rechargeables**, du papier recyclé, des imprimantes collectives, j'évite le matériel à usage unique et les produits suremballés...

## MES PAUSES

- ▶ **J'UTILISE** une tasse et une gourde
- ▶ **J'UTILISE** des carafes et des verres réutilisables pour les réunions
- ▶ **JE PRIVILÉGIE** le café et le thé en vrac
- ▶ **J'APPORTE** mon déjeuner dans un contenant réutilisable
- ▶ **JE FAIS APPEL** à un traiteur utilisant des contenants réutilisables, des produits locaux et du vrac

## MON ACTIVITÉ

JE DIS **STOP** AU GASPILLAGE EN :

- ▶ **IMPRIMANT** mes documents **QUE** si nécessaire
- ▶ **UTILISANT** le verso des feuilles comme brouillon
- ▶ **DÉMATERIAISANT** mes documents

### ASTUCE !

Trouvez du mobilier professionnel à petits prix, de seconde main mais en bon état, aux Hangars d'AIMA à Salies de Béarn et Osserain

[aimaletrocoeur.org](http://aimaletrocoeur.org)

### ASTUCE !

Créer un espace de don dans mon entreprise ou échanger avec vos collègues.

STOP

Éviter les gobelets jetables à la pause en programmant la machine à café et en apportant sa tasse.



# À L'ÉCOLE

## CARTABLE ÉCO-ÉLÈVE :

- ▶ **PRENDRE** des éco-labels
- ▶ **RÉUTILISER** les anciens cahiers en brouillon
- ▶ **UTILISER** des fournitures rechargeables et durable
- ▶ **ACHETER** mon cartable et ma calculatrice d'occasion
- ▶ **ACHETER** mes fournitures au détail dans des magasins spécialisés



## ASTUCE !

Faire un état des lieux des fournitures à la fin de l'année pour la rentrée suivante. Donnez ce dont vous n'avez plus besoin.

### POUR ALLER PLUS LOIN :

Faites appel au réseau des Ambassadeurs/drices du Tri du Syndicat pour des animations et un accompagnement à la lutte contre le gaspillage alimentaire et/ou la mise en place du tri en classe et dans les cantines.

# PENDANT MES LOISIRS

## MES ACTIVITÉS SPORTIVES

- ▶ **JE PRENDS** une gourde
- ▶ **JE RESPECTE** le matériel pour qu'il dure plus longtemps
- ▶ **J'ACHÈTE** d'occasion du matériel ou j'utilise le troc d'équipements
- ▶ **JE PRÉPARE** moi-même mes encas (bars énergisantes)
- ▶ **J'UTILISE** un savon et shampoing solide pour la douche



### ASTUCE !

Je privilégie les loisirs créatifs pour faire moi-même ma décoration, ma cuisine, mes déguisements, mes emballages cadeaux (furoshiki).

## LES FESTIVITÉS

- ▶ **JE PENSE** à prendre un gobelet réutilisable
- ▶ **JE PRÉPARE** moi-même mes cakes, apéritifs, jus de fruits, légumes à croquer, gâteaux
- ▶ **JE PENSE** à la location de matériel pour mes soirées
- ▶ **J'UTILISE** de la vaisselle et des couverts lavables pour mes réceptions

## EN SORTIE

Au restaurant je demande à emporter ce que je n'ai pas terminé dans un doggy bag. J'utilise des tickets dématérialisés pour les sorties culturelles (cinéma, spectacle...).



Nos recettes pour faire soi-même sont sur  
[BILTAGARBI.FR](http://BILTAGARBI.FR)

# CONSUM'ACTEUR/TRICE :

## 10 QUESTIONS À SE POSER

**DES ACTEURS LOCAUX ET VOS COLLECTIVITÉS  
PEUVENT VOUS ACCOMPAGNER POUR RÉDUIRE  
VOS DÉCHETS.**

- 1 | Est-ce que j'en ai besoin ?
- 2 | Est-ce que cet aliment est de saison, produit localement, non emballé ?
- 3 | Est-ce que je gaspille les aliments, les matières ? Ai-je éteints mon ordi, la lumière, débranché mon chargeur ? Ai-je pris trop de pain à la cantine ?
- 4 | Est-ce que je peux louer, emprunter, mutualiser au lieu d'acheter ? Est-ce que je peux donner, vendre au lieu de jeter ?
- 5 | Est-ce que ce produit est durable ou à usage unique ? De bonne qualité ou vite obsolète ?
- 6 | Est-ce que je peux le faire réparer ?
- 7 | Est-ce que qu'il est nocif pour la santé et l'environnement ?
- 8 | Est-ce que je peux le faire moi-même avec des matières simples et naturelles ?
- 9 | Est-ce que j'ai pensé à prendre mon panier, mes sacs en tissu, mes bocaux pour les produits en vrac ?
- 10 | Est-ce qu'en réfléchissant avant d'acheter, je ne fais pas finalement des économies car je n'achète que ce dont j'ai réellement besoin ?



# N'ATTENDONS PLUS AGISSONS POUR LA RÉDUCTION DES DÉCHETS !



Pour aller plus loin,  
voici une liste non exhaustive  
de sites Internet et  
d'applications gratuites :



#### Sites Internet

- [agirpourlatransition.ademe.fr/particuliers](http://agirpourlatransition.ademe.fr/particuliers)
- [longuevieauxobjet.gouv.fr](http://longuevieauxobjet.gouv.fr)
- [serd.ademe.fr](http://serd.ademe.fr)
- [lesretournees.fr](http://lesretournees.fr)
- [consommonsainement.com](http://consommonsainement.com)
- [zerowastefrance.org](http://zerowastefrance.org)
- [famillezerodechet.com](http://famillezerodechet.com)
- [mumacontrecourant.com](http://mumacontrecourant.com)
- [agriculture.gouv.fr/antigaspi](http://agriculture.gouv.fr/antigaspi)
- [casuffitlegachis.fr](http://casuffitlegachis.fr)

#### Applications gratuites

- Guide du tri
- Too good to go
- Etiquettable