

# Guide de [prévention]

Le meilleur déchet est celui que l'on ne produit pas...

RÉDUIRE  
SES DÉCHETS !



# SICTOM

# INTRODUCTION

Aujourd'hui chaque habitant du territoire du SICTOM Pézenas-Agde produit environ 350 kilos de déchets et trie en moyenne 94 kilos d'emballages ménagers recyclables.

## Pourquoi autant de déchets ?

- . Nous évoluons dans un monde de surconsommation qui nous pousse de plus en plus à utiliser des produits dont la durée de vie est limitée (ex : vaisselle jetable, lingettes et papiers nettoyants, obsolescence programmée, etc.) : à terme tous ces produits deviennent des déchets !
- . L'impact environnemental est considérable : des pollutions induites par la fabrication et le transport, en passant par l'épuisement des ressources naturelles.

## Et si la solution était la réduction des déchets à la source ?

Dans le cadre de son Plan Local de Prévention des Déchets, le SICTOM Pézenas-Agde a pour mission la prévention. Cela consiste à inciter nos usagers à réduire la production de déchets et à limiter leur nocivité (substances dangereuses).

La prévention et le recyclage sont complémentaires : recycler permet de favoriser une économie circulaire alors que la prévention propose quant à elle des actions et des solutions pour changer les comportements et adopter une attitude plus éco-responsable.

## Pourquoi réduire nos déchets ?

- . Pour mieux préserver notre environnement et notre santé,
- . Pour diminuer le tonnage de déchets à traiter et ainsi réduire l'enfouissement,
- . Pour léguer un environnement plus sain aux générations futures et économiser les ressources naturelles.

### COMMENT RÉDUIRE SES DÉCHETS ? LA RÈGLE DES 5 R

- . Refuser
- . Réduire
- . Réutiliser
- . Recycler
- . Rendre à la terre



# 1. REFUSER

Tous les produits à usage unique, les emballages et suremballages : non au superflu !

## STOP aux plastiques à usage unique !

La fin de l'usage des plastiques unique est prévue pour 2021. Mais pourquoi attendre et ne pas réduire nos déchets dès à présent ? Pailles, sacs, gobelets, bouteilles : le SICTOM vous propose quatre alternatives réutilisables et surtout durables !



### LES SACS CABAS

On ne le présente plus car c'est probablement le matériel aujourd'hui indispensable depuis l'interdiction des sacs plastiques le 1er janvier 2017. On peut aussi ajouter les tote bag (sacs en tissu) plus originaux les uns que les autres. Plus besoin de plastique pour faire ses courses !

### LES GOBELETS

Eux non plus, on ne les présente plus. Ils ont envahi nos fêtes et autres événements. Certes, ils sont en plastique, mais ils sont surtout réutilisables ! Pour les moins convaincus, vous pouvez toujours essayer les gobelets compostables.

### LES PAILLES

A l'origine de la pétition pour leur interdiction, on retrouve l'association « Bas les pailles ! ». Aujourd'hui, il existe des pailles végétales (en bambou) ou en inox (un goupillon est généralement fourni pour le lavage de ces dernières). Sinon, il y a les pailles compostables en amidon ou en carton : elles restent à usage unique, mais elles retournent à la terre.



### LES GOURDES

Pratiques à transporter, certaines peuvent même contenir du froid comme du chaud. La plupart sont des gourdes éco-conçues au design vraiment sympa en acier éco-responsable inoxydable haute qualité, sans bisphénol A, sans toxine et sans phtalate. Certaines marques reversent également l'équivalent de 1% de leurs ventes à des organismes dédiés à la protection de l'environnement. Et bien sûr, moins de bouteilles en plastique !

L'alternative au Tupperware (R) en plastique : **LA LUNCHBOX**. Elles ne sont pas à usage unique mais leur confection et leur utilisation font débat. Testez alors la lunchbox réutilisable, en inox alimentaire qui passe au lave-vaisselle. Evidemment, elle ne va pas au micro-onde mais vous pouvez garder vos aliments au frais et utiliser une assiette pour réchauffer si besoin.

ET SI, VOUS COMMENCEZ UN KIT « ZÉRO DÉCHET » ?

### LES LINGETTES

Qu'elles servent à se démaquiller ou pour les fesses de bébé, les lingettes réutilisables ont de plus en plus la cote ! Souvent confectionnées à partir de coton bio, elles sont en général très épaisses (pour les bébés) et ont une face micro polaire ultra douce (pour le maquillage). On parle aussi d'économie (jusqu'à plus de 500 euros par an pour les lingettes bébé) et de préservation environnementale (amoindrir la culture intensive du coton).

### L'ÉPONGE TAWASHI

C'est une éponge d'origine japonaise en coton, écologique et économique : elle dure beaucoup plus longtemps qu'une éponge classique. Elle est lavable en machine de 40° à 60°. De plus, certaines sont très jolies. Indéniablement un des premiers objets à acquérir pour bien débiter le mode zéro déchet.

## LES INDISPENSABLES SALLE DE BAINS



## 2

## RÉDUIRE

**La consommation de biens et d'énergie : vivre mieux avec moins, éviter de surconsommer, acheter en vrac, local, d'occasion.**

### *Acheter en fonction de ses besoins*

- Ne pas surestimer ses besoins, afin d'éviter le gaspillage.

### *Adopter le stop pub*



- Pour ne pas se laisser influencer par la publicité, collez un « Stop pub » sur votre boîte aux lettres



**LE SAVIEZ-VOUS ?** Mettre un stop pub sur votre boîte aux lettres permet d'économiser environ 15 kilos de papier par an et par habitant.

### *Préférer des produits qui durent*

Emprunter, louer, acheter d'occasion plutôt que d'acheter systématiquement du neuf, et réparer, donner, revendre, échanger plutôt que de jeter, permet d'optimiser l'utilisation de nos objets et reculer le plus tard possible le moment où il faudra s'en débarrasser.

Au-delà de freiner l'impact de notre consommation sur l'environnement, toutes ces actions sont très souvent source d'économies !

Pour s'y retrouver et adopter les bons réflexes, le Ministère de la Transition écologique et solidaire et l'ADEME ont créé « Longue vie aux objets » : [www.longuevieauxobjets.gouv.fr](http://www.longuevieauxobjets.gouv.fr)

L'objectif à travers cet annuaire est de donner accès aux coordonnées du plus grand nombre de professionnels dont l'activité ou l'offre de service permet d'allonger la durée de vie des objets. Jetez-y un coup d'oeil !

### *Diminuer les emballages*

- Privilégier l'achat en vrac : céréales, thé, café, légumes...,
- Bannir les produits en unidose ou suremballés : café, sucrée, portion individuelle de fromage,
- Utiliser les éco-recharges,
- Si emballage il y a, préférer les produits dont l'emballage est recyclable,
- Opter pour les produits sans pile : peluches, poupées, jouets à remonter...



### LE SAVIEZ-VOUS ?

Boire l'eau du robinet évite de produire environ 800 bouteilles plastiques par an et par personne



## Dites stop aux produits toxiques !



. Pour le jardinage, bannir les engrais chimiques, les pesticides et les herbicides en adoptant des alternatives naturelles : compost, amendements naturels, lombricompost...

. Pour l'entretien de sa maison, éviter les produits anti-bactériologiques, les détergents toxiques, les désodorisants : privilégier le « fait maison ».



**LE SAVIEZ-VOUS ?** Pour vous aider à repérer les produits écologiques, il existe des écolabels : certification **NF** environnement ou l'écolabel européen.



## Privilégier le « fait maison »

(Passer aux produits « fait maison » plus sains)

### Ingédients & propriétés des produits naturels

#### BICARBONATE DE SOUDE

Détache les tissus et tapis  
Désodorise la poubelle et le frigo  
Désincruste la graisse brûlée  
Débouche les canalisations

#### VINAIGRE BLANC

Fait briller les vitres  
Dissout le calcaire  
Élimine les odeurs, les bactéries et les moisissures  
Assouplit le linge et ravive les couleurs

#### SAVON NOIR

Détache le linge  
Nettoie et dégraisse  
Éloigne les insectes

#### HUILES ESSENTIELLES

Désodorisent et désinfectent  
Éliminent les acariens  
les moisissures et les insectes  
Rafraîchissent le linge

#### CRISTAUX DE SOUDE

Dégraissent la vaisselle  
Débouchent la plomberie  
Blanchissent le linge

#### TERRE DE SOMMIÈRES

Absorbe les tâches de graisse, de vin et d'urine  
Dégraisse le cuir et le daim  
Nettoie les sols





## Quelques recettes naturelles !

SOURCE : CONSO GLOBE ET VILLE D'AGDE

### NETTOYANT MULTI-SURFACES

Dans 2 litres d'eau chaude, mélanger :

- 1/2 verre de bicarbonate de soude
- 1/4 de verre de vinaigre blanc
- 5 gouttes d'huile essentielle de citron (optionnel)

Ce nettoyant sert à bien nettoyer et éliminer le calcaire.

Évitez les surfaces en marbre.

### LESSIVE LINGE

- 2 cuillères à soupe rase de savon rapé
  - 1 cuillère à soupe de bicarbonate
  - 1 litre d'eau chaude
  - 4 à 5 gouttes d'huile essentielle
- Versez 1 à 2 verres de lessive par machine de 5 kg.

### SAVON LIQUIDE MAIN

- 5 cuillères à soupe de savon de marseille blanc rapé
  - 1 litre d'eau chaude (environ 60°)
  - 3 à 4 gouttes d'huile essentielle (optionnel)
- Remplissez la bouteille et secouez !

Mettre la préparation dans des petits contenants pour liquide main.

### Ce que dit la loi !

**La nouvelle Loi du 10 février 2020 « relative à la lutte contre le gaspillage alimentaire et à l'économie circulaire »**

accentue encore plus d'une part les objectifs de prévention des déchets, par des dispositions très fortes en faveur de la réduction de la production des déchets (interdiction progressive des emballages en plastique à usage unique, mesures luttant contre le gaspillage alimentaire et favorisant le réemploi et la réutilisation des produits et matériaux.

3

## RÉUTILISER

**Ce qui peut avoir une seconde vie. Avant de jeter un objet, il faut se poser quelques questions : Peut-il encore me servir ? Est-il réparable ? Est-il utile à quelqu'un d'autre ?**

**L'économie collaborative** est en plein essor !

Elle vise à produire de la valeur en commun et repose sur de nouvelles formes d'organisation du travail, de partage et d'échange. On parle alors de mutualisation des biens, des espaces et des outils. C'est une véritable organisation des citoyens en «réseau» ou en communautés, de pair à pair.

**Les ressourceries** : ces structures récupèrent, valorisent et revendent les biens. Elles sont implantées localement sur les territoires pour favoriser l'économie sociale et solidaire. Elles ont un rôle de sensibilisation et participent à l'insertion sociale par l'activité.

Le SICTOM est partenaire de la **Ressourcerie-Bistrot-Potager Re'n'art**.  
17 avenue Camille Guérin 34120 Pézenas  
[www.lerenart.fr](http://www.lerenart.fr)

### Quelques conseils de réutilisation et de réemploi :

Vos équipements du quotidien : réparez vous-même ou appelez le fabricant, une association ou un artisan, ils sauront sûrement vous dépanner !

**Vos vêtements** : pensez aux artisans près de chez vous pour les retouches !

**Vos déchets** : détournez-les en objets ! Une boîte en métal peut devenir un pot à crayons ou un cache-pot !

**Vos livres** : partagez ou empruntez de vieux livres dans des boîtes à livres dans les espaces publics. Donnez ou achetez à petits prix des livres d'occasion via le site internet [www.recyclivre.com](http://www.recyclivre.com)

**Votre bureau** : récupérez, réutilisez les feuilles imprimées d'un seul côté.

4

# RECYCLER

Ce qui ne peut être réutilisé ou valorisé à la maison, pensez à le recycler.



**Bac jaune : emballages ménagers recyclables & papiers, journaux, magazines**  
**A déposer uniquement EN VRAC.**

Bouteilles, bidons et flacons en plastique, boîtes de conserve, aérosols, canettes de boisson, briques alimentaires, emballages cartonnés, papiers, journaux et magazines.

❌ Sacs et films plastiques, polystyrène, pots de yaourts et de crème fraîche, verre.



**Bac orange : biodéchets \***



**Attention vos biodéchets doivent être contenus dans un sac compostable labellisé «OK compost home» ou «NFT 51-800».**

. Préparation et restes de repas : épluchures de légumes, fruits, coquilles œufs, découpes de viandes et poissons, coques de fruits secs...

. Aliments périmés sans emballages : les restes de repas, salades avec sauce ou pas, pâtes, riz, os et arêtes en petites quantités...

. Papiers et emballages biodégradables : marc de café, sachets de thé, essuie-tout, serviettes en papier...

❌ Déchets de jardin (composteur ou déchèterie), coquilles de fruits de mer, plumes et peaux d'animaux, litières et excréments (ordures ménagères).



**Colonne d'apport volontaire : verre**

**A déposer uniquement EN VRAC :** les bouteilles, pots et bocaux.

Tous les bouchons et couvercles sont acceptés.



❌ Vaisselle, pot de fleurs, vitres cassées, néons et ampoules, plats en pyrex, porcelaine (ordures ménagères et déchèterie).



**Les consignes à suivre :**

**Vous pouvez déposer :**

Vos vêtements et votre linge de maison propres et secs en sac fermé et vos chaussures liées par paire. Même usés, ils seront valorisés



**Ne déposez pas d'articles humides ou mouillés**

**Déchèterie :** déchets dangereux, végétaux, gros cartons, encombrants, ferrailles, gravats, bois, déchets d'équipements électriques et électroniques, huiles usagées, batteries/piles, ampoules, cartouches d'encre, capsules Nespresso.

Avant le recyclage, pensez aux **dons**, à la vente et à la ressourcerie.

\* Pour ceux qui n'ont pas de bac orange, valorisez vos biodéchets grâce au compostage ou au lombricompostage (voir au dos de la brochure)

# 5

## RENDRE À LA TERRE



*Compostez  
ou lombricompostez !*

**Valoriser les biodéchets (déchets alimentaires, déchets verts et biodégradables) :**

### Le compostage

En fabriquant son propre compost, on élimine environ 40% du poids de la poubelle à ordures ménagères, tout en obtenant un amendement naturel. Pensez également paillage, broyat ou mulching.

Le broyat consiste à réduire sous forme de copeaux les déchets verts issus de la taille et de l'élagage. A quoi sert-il ? Il peut être utilisé comme paillage (ou mulch) afin de diminuer les arrosages et donc réduire la consommation d'eau, ou pour limiter l'utilisation des désherbants et autres produits chimiques.

Le SICTOM Pézenas-Agde propose des composteurs domestiques au prix de 10 euros et un guide de compostage sur simple demande ou téléchargeable sur le site internet.

### Qu'est-ce que le lombricompostage ?

Le lombricompostage est un procédé de compostage à froid, donc inodore, qui utilise les qualités détritrices (qui détruisent les détritiques) des micro-organismes et des vers de compost.



Le lombricompostage permet d'obtenir un amendement naturel et écologique appelé « lombricompost » qui est le résultat de la digestion des déchets organiques dont les acteurs principaux sont les vers de compost.

C'est un amendement organique très riche en humus, enzymes, hormones de croissance et flore bactérienne, qui peut être utilisé pur, sur des jeunes plants et aussi les adultes, sans risque de brûlure ou en rempotage.

En collaboration avec la société Piscénoise Vers La Terre, le SICTOM Pézenas-Agde propose des lombricomposteurs au prix de 45 euros.

## ATTENTION ! CONSIGNE SPÉCIFIQUE POUR LA SÉCURITÉ SANITAIRE



**Masques, gants, mouchoirs, lingettes, usagés :**  
dans un premier sac plastique résistant, fermé, gardé 24h, avant d'être placé dans le sac d'ordures ménagères. Jamais dans le bac de tri.



SICTOM

**SICTOM Pézenas-Agde**

Adresse postale : BP 112 34120 Pézenas

**Siège social** : 27 Avenue de Pézenas 34120 Nézignan-l'Évêque

Tél. : 04 67 98 45 83 - Fax : 04 67 90 05 98

contact@sictom-pezenas-agde.fr - [www.sictom-pezenas-agde.fr](http://www.sictom-pezenas-agde.fr)