

# Quelques astuces au quotidien

Réduire nos déchets, c'est facile ! Le meilleur déchet est celui que l'on ne produit pas. La quantité de nos déchets a doublé en 40 ans. Aujourd'hui, chacun d'entre nous produit 590 kg de déchets par an, qui se retrouvent dans nos poubelles, en conteneurs de tri (390 kg) ainsi qu'en déchèteries (200 kg)... Il est nécessaire de réduire la quantité de nos déchets. Afin de vous accompagner dans cette démarche, la communauté urbaine Grand Paris Seine et Oise s'est engagée dans un Plan local pour la prévention des déchets axé sur des actions d'information et d'accompagnement pour la réduction des déchets.

## Au travail !

- Imprimez et photocopiez en recto-verso.
- Privilégiez les supports électroniques : envoi des documents par mail, clé USB, CD Rom, suivi électronique des modifications de documents.
- Réduisez vos impressions de courriels et archivez-les électroniquement.
- Chassez les photocopies inutiles en faisant circuler les documents. Réutilisez le côté vierge des papiers imprimés comme brouillons.
- Utilisez une tasse plutôt qu'un gobelet jetable et choisissez du thé et du café en vrac au lieu d'une dosette ou d'un sachet.

## A l'école !

- Préparez des encas ou goûters faits maison cela vous évite d'acheter des gâteaux industriels suremballés.
- Utilisez une boîte à goûter qui permet de transporter un petit nombre de biscuits sans avoir à acheter de mini-paquets suremballés.
- Optez pour une petite gourde d'eau ou de jus de fruit.
- Achetez des fournitures durables et/ou éco-labellisées : stylo plume, stylo bille et porte-mine rechargeables. Évitez les mini surligneurs, mini-correcteurs, mini-scotch, mini effaceurs qui produisent plus de déchets et sont plus chers. Préférez feutres et marqueurs à base d'eau, les crayons en bois non teintés et non vernis, les correcteurs et colles sans solvants.

## A la maison !

- **Le jus de citron** nettoie les éponges visqueuses, retire les tâches (de thé par exemple) sur la terre cuite et la céramique. Il lave la vaisselle en aluminium, les cuivres et laitons.
- **Le vinaigre blanc** permet de nettoyer robinets, éviers et cuvettes de toilettes, ou encore de détartrer bouilloires et cafetières. Dilué, il sert également à rincer les lainages et à rafraîchir les couleurs des tapis. Pur, il fait briller les carrelages en céramique. Je peux l'utiliser en liquide de rinçage pour le lave-vaisselle.
- **Le savon noir liquide** pour nettoyer les sols ou d'autres grandes surfaces, que j'utilise du savon noir liquide avec une serpillère. Cela coûte 2 fois moins cher et produit 10 fois moins de déchets que l'utilisation de lingettes jetables ! Une économie de 520€ par an pour une maison de 100m<sup>2</sup>.
- **Le bicarbonate de soude** comme produit nettoyant à la place des crèmes à rincer. Saupoudré sur une éponge humide, le bicarbonate de soude permet de nettoyer, sans rayer, les baignoires, les lavabos, les éviers, le chrome, les joints de carrelage, les plastiques de l'électro-ménager et des voitures ainsi que la carrosserie. Il ne faut pas le faire chauffer, sinon il perd ses propriétés nettoyantes.
- **Les huiles essentielles naturelles** pour aérer et assainir les pièces, j'ouvre les fenêtres 30 minutes par jour et j'utilise des huiles essentielles naturelles (citron, eucalyptus, ylang-ylang...), plutôt que des produits de synthèse qui coûtent cher et produisent beaucoup de déchets. Attention, l'utilisation d'huiles essentielles est déconseillée pour les femmes enceintes et les enfants en bas âges.