

Ville d'Itteville

# GUIDE DE REDUCTION DES DECHETS

---

PARCE QUE CHAQUE GESTE COMPTE



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



commune d'Itteville



Villeditteville

# **C'est décidé, nous réduisons nos déchets !**

**Des astuces pour réduire ses déchets à la source !**

**Préservons notre environnement et notre porte-monnaie face à la fiscalité des déchets qui explose sur notre territoire**

## **LE MOT DU MAIRE**

Les Ittevillois doivent être les premiers acteurs du quotidien pour consommer différemment !

Le compostage, le réemploi, la réparation d'appareils défectueux ou usagés, l'achat de produit en vrac, la cuisine zéro déchet, etc sont autant de gestes qui permettent de réduire la quantité des déchets que nous produisons.

Vous connaissez mon attachement à la préservation de notre patrimoine environnemental. Il nous faut donc agir ensemble.

La gestion des déchets (collecte et traitement) est une des compétences obligatoires de notre Communauté de Communes du Val d'Essonne (CCVE).

Mais face à l'incurie de notre intercommunalité en ce domaine, mon équipe municipale et moi-même devons agir.

Chaque jour, nos performances de tri se dégradent au profit de l'incinération et de l'enfouissement. Cela provoque une explosion de la taxe générale sur les activités polluantes (TGAP) et donc de la fiscalité des déchets.

Il nous faut par conséquent, à l'échelle de notre commune, préserver notre patrimoine environnemental et nous prémunir le plus possible de l'augmentation massive de la fiscalité des déchets.

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

Grâce à de petits efforts individuels, nous réussirons à atteindre ces objectifs !

François PAROLINI

Maire d'Itteville

## I - DECHETS DE JARDIN



**PAILLAGE/ BROYAGE** : ramasser l'herbe tondu et la répartir dans un coin de jardin, si possible au soleil, sur quelques centimètres d'épaisseur et attendre quelques jours qu'elle sèche. Ensuite, l'utiliser en paillage disposées en petites couches au pied des arbres, arbustes ou petits fruitiers et dans le potager pour éviter les grands arrosages.

Vous pouvez aussi faire du broyat en vous rendant dans une déchèterie du SIREDOM. Ce broyat sera très utile au pied de vos plantations ou dans votre composteur.

**MULCHING** : si vous ne possédez pas de tondeuse avec l'option mulching, il vous suffit d'enlever le bac à ramassage de votre tondeuse et de laisser l'herbe sécher sur place pour qu'elle fertilise votre gazon, d'autant plus quand il s'agit de petites quantités.

**COMPOSTAGE** : si vous avez un composteur, vous pouvez y déposer un peu de votre herbe tondu. Attention, l'herbe ne doit représenter que 30% du contenant total du compost car l'herbe tondu est très humide. N'hésitez pas à ajouter quelques feuilles mortes ou brindilles, cela permettra d'équilibrer le carbone et l'azote de votre compost. Remuez régulièrement, vous aurez un terreau de grande qualité. A défaut de composteur, vous pouvez le faire en tas directement sur la terre.

**Les composteurs sont disponibles à la CCVE et en Mairie.**

La CCVE et la Mairie proposent à leurs habitants des composteurs à un prix attractif.

- Composteur bois 400l : 6,44€
- Composteur plastique 400l : 4,68€

**Dans mon composteur**

Je mets	Je mets en petite quantité	Je ne mets pas
<ul style="list-style-type: none"><li>• Epluchures de fruits et légumes</li><li>• Restes de repas d'origine végétale (pâtes, riz ; légumes, pain)</li><li>• Papier absorbant (filtres à café, essuie-tout)</li><li>• Marc de café, de thé avec filtre ou sachet</li><li>• Coquilles d'œuf, coquillages pilés</li><li>• Fleurs fanées</li><li>• Boîtes de fromage en bois ou carton non imprimé, boîtes à œuf</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Noyaux</li><li>• Agrume</li><li>• Tontes de gazon</li><li>• Feuilles mortes</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Restes de viandes, crustacés</li><li>• Produits laitiers, huiles</li><li>• Tissus, cartons imprimés</li><li>• Végétaux très résistants (noyaux, conifères, laurier, lierre...)</li><li>• Cendres</li></ul>

Les habitants du Val d'Essonne peuvent donc se présenter directement dans les locaux de la CCVE ou en Mairie afin d'acheter l'un des deux modèles de composteur (bois ou plastique).

## 2 - OBJETS ENCOMBRANTS



**LOUER** : Saviez-vous que le temps moyen d'utilisation d'une perceuse pendant toute sa durée de vie est d'environ douze minutes ? Alors, pourquoi ne pas louer !

Pour cela, rapprochez-vous de votre magasin de bricolage ou des centrales de location.

Pensez aussi aux bibliothèques pour les livres et aux ludothèques pour les jeux.

**LA PLATEFORME ANNUAIRE REPARATION** : Votre frigo ne fonctionne plus ? la poussette de votre enfant est cassée ? Ne les jetez pas !

Faites appel à un artisan réparateur qui se trouve près de chez vous en vous rendant sur le site [annuaire-reparation.fr](http://annuaire-reparation.fr), vous pourrez donner un second souffle à vos objets tout en développant l'économie de proximité et le lien social.

**REEMPLOI** : un objet qui vous semble en fin de vie n'est pas forcément à jeter. Souvent, il peut encore être réutilisé, réparé, vendu ou donné.

Vous pouvez vous rendre à la Recyclerie du Gâtinais – 45, rue de l'Essonne – 91 720 PRUNAY-SUR-ESSONNE – Tel : 01 64 99 38 22.

**TEXTILE** : notre territoire compte des bornes de collecte textile

Des conteneurs sont à votre disposition sur une majorité des communes du SIREDOM. Athis-Mons Ballancourt-Sur-Essonne Boissy-Le-Cutté Bouray-Sur-Juine Bretigny-Sur-Orge Cerny Champcueil Chevannes Corbeil-Essonnes D'Huison-Longueville Echarcon Itteville Menecy Milly-La-Forêt Mondeville Vayres-Sur-Essonne





**STOP PUB** : réduisez les déchets en collant un autocollant « STOP PUB » sur votre boîte aux lettres.

Nos boîtes aux lettres se trouvent souvent remplies par des prospectus, publicités ou journaux gratuits qui y sont déposés sans être spécifiquement ou nommément adressés à leurs destinataires.

Moins de prospectus dans votre boîte aux lettres, c'est possible !

Pour ceux qui ne lisent pas les imprimés non sollicités ou préfèrent trouver ces informations sur Internet et qui désirent ne plus recevoir d'imprimés papier dans leur boîte aux lettres, il est possible d'apposer sur celle-ci un autocollant ou une étiquette « Stop Pub », mentionnant le refus de recevoir ce type d'imprimés.

Vous pouvez vous procurer cet autocollant en le téléchargeant sur le site de la commune [www.itteville.fr](http://www.itteville.fr)

### **3 - CONSOMMER MALIN**



Consommer malin, c'est s'interroger sur nos modes et habitudes de consommation, sur leurs conséquences et changer nos comportements.

En préférant les produits recyclés, vous limitez l'utilisation des matières premières, contribuez aux économies d'énergie et à la réduction des gaz à effet de serre.

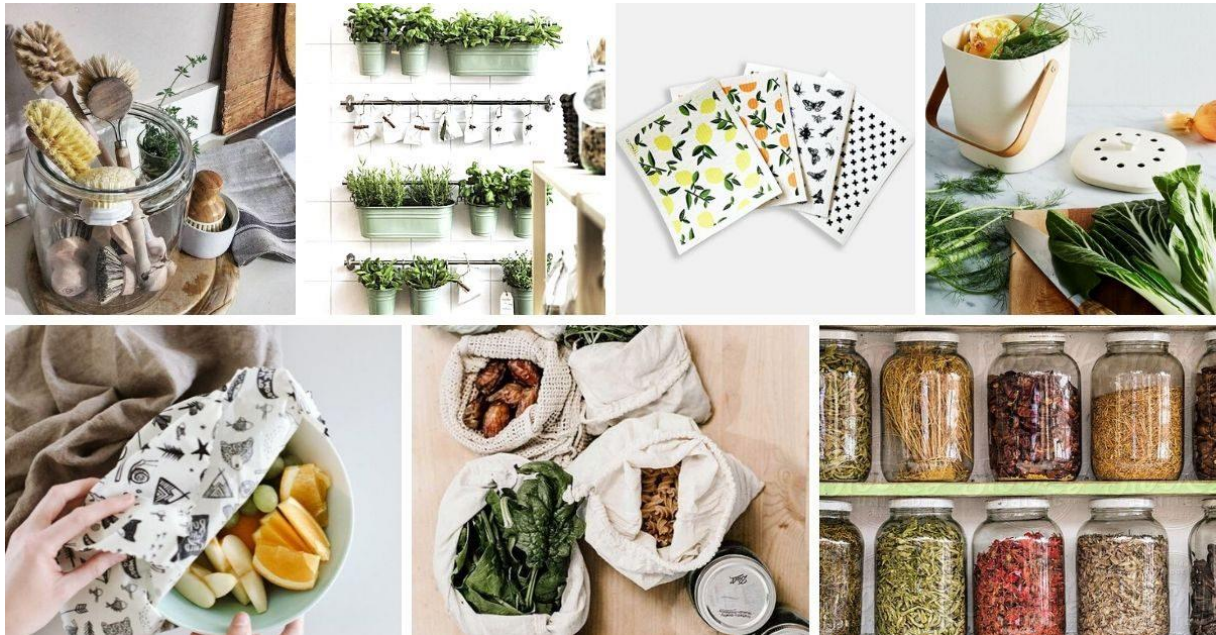
#### **Que puis-je faire au quotidien ?**

- Eviter les produits aux emballages trop grands, inutiles ou excessifs ;
- Choisir un produit avec un format plus adapté à ma consommation ;
- Privilégier les emballages faciles à trier ;
- Acheter des écorecharges et des produits concentrés en respectant les quantités indiquées ;
- **Utiliser un cabas ou des sacs réutilisables** plutôt que des sacs plastiques pour faire ses courses.
- **Acheter les produits à la coupe ou au détail** pour éviter la surconsommation des emballages. Grâce à cela, on peut réduire ses déchets de 2Kg par an et par personne !
- **Côté lessive, préférez la forme solide**, qui demande moins d'emballages et d'eau transportée sur les routes que la forme liquide ;
- **Utilisez le vinaigre blanc** (en vente au rayon huiles et vinaigres) pour détartre les casseroles, la robinetterie et les baignoires, faire briller les vitres et supprimer les moisissures;
- **choisir le bicarbonate de sodium** pour nettoyer les surfaces de la cuisine et de la salle de bains.

**Consommer malin, c'est aussi boire malin** : boire l'eau potable du robinet est la façon la plus écologique et la plus économique de consommer de l'eau dans notre quotidien.

Si son goût ne vous plait pas, mettez-la au frigo, quitte à y ajouter quelques gouttes de citron.

## 4 - CUISINE ZERO DECHET



Nous avons tendance à préparer un peu trop lorsque nous cuisinons des petits restes difficiles à récupérer et qui filent à la poubelle. La solution ? Adapter les quantités aux besoins réels, doser correctement et si nécessaire peser les ingrédients des recettes.

Les dosages par personne sont marqués sur les emballages de la plupart des aliments. Veillez à les respecter. Avec l'expérience, il devient plus facile d'anticiper les bons dosages et de développer ses propres outils et astuces de mesure (tasse, cuillère, mémo-mesure). Des instruments de mesure appropriés existent aussi dans le commerce pour vous aider.

Nos restes de repas sont souvent encore parfaitement comestibles. D'excellentes recettes peuvent être réalisées à base de restes en les transformant, les réutilisant, les sublimant :



### Oeuf cocotte aux lardons

**Vous aurez besoin de :**

4 œufs  
300g d'épinards surgelés  
100g de lardons  
10g de beurre  
sel, poivre

#### Préparation :

Préchauffez le four à 200 °C. Faites décongeler les épinards au micro-ondes selon le mode d'emploi indiqué sur le paquet. Beurrez 4 ramequins allant au four et versez-y les épinards dégelés. Cassez l'œuf par-dessus, salez puis poivrez. Placez les ramequins dans un plat allant au four rempli d'eau bouillante et placez au four 10 min environ, selon la cuisson souhaitée. Pendant ce temps, faites rissoler les lardons dans une poêle à sec et parsemez-en les ramequins à la sortie du four.



### Banana Bread

**Vous aurez besoin de :**

2 œufs, 50 g de sucre en poudre  
50 g de cassonade, 3 bananes bien mûres  
130 g de beurre, 210 g de farine, 1,5 cuillère à café de levure chimique, 1 pincée de sel, 100 g de pépites de chocolat

#### Préparation :

Préchauffez le four à 180°C. Fouettez ensemble les œufs et les sucres, jusqu'à ce que le mélange blanchisse. Ecrasez les bananes en purée avec une fourchette. Si les bananes sont bien mûres, elles s'écraseront de toute façon en mélangeant mais il restera des morceaux. Si vous aimez croquer dans les morceaux de banane, écrasez 2 bananes et laissez-en une en morceaux. Incorporez les morceaux de banane à la préparation. Faites fondre le beurre au micro-ondes ou au bain-marie et versez-le sur le mélange. Ajoutez la farine, la levure et le sel. Mélangez jusqu'à ce que la pâte soit homogène. Pour finir, ajoutez les pépites de chocolat. Beurrez et farinez un moule à cake et versez-y la préparation. Enfourez pour 45 minutes.

- Limiter le gaspillage alimentaire : chaque année, un français jette en moyenne 20kg de nourriture. Pensez à congeler et à cuisiner les restes
- DLUO (date limite d'utilisation optimale) « à consommer de préférence avant le » indique la date optimale d'utilisation, néanmoins les aliments restent consommables. Ils perdent juste certaines de leurs propriétés mais ne représentent aucun danger pour la santé.
- DLC (date limite de consommation ) « à consommer jusqu'au » indique la limite à partir de laquelle il peut y avoir des risques pour la santé des consommateurs.