

## Réduire ses déchets en 9 étapes simples



Il y a sans doute quelques habitudes de votre quotidien que vous pouvez changer pour avoir une meilleure empreinte environnementale. Aujourd'hui, nous vous en présentons quelques-unes!

### 1. Planifier vos repas de la semaine stratégiquement

Assurez-vous d'acheter seulement des produits que vous savez pertinemment que vous ne gaspillerez pas. De plus, faites l'inventaire complet de ce que vous avez déjà avant d'acheter à nouveau! Cela semble logique, mais des quantités incroyables d'aliments sont jetées chaque jour au Canada.

### 2. Mettre en place un bac pour les «incertains»

Si vous ne savez pas comment vous débarrasser de quelque chose, ou si vous avez des piles ou des ampoules à recycler, mais que vous devez vous rendre à un point de dépôt spécial, rangez-les dans un bac et traitez-les une fois par an. De cette façon, vous n'êtes pas tenté de les jeter à la poubelle. À la fin de l'année, vous pourrez toutes les traiter, ce qui prendra beaucoup moins de temps que de jeter les piles une par une.

### 3. Éviter de recevoir des tonnes de courrier indésirable

Prenez aussi le temps de vous désabonner de vos courriers qui reviennent sans cesse et dont vous n'avez pas besoin.

## Voici d'autres conseils!

### ÊTRE PRÊT EN TOUT TEMPS

Qu'il s'agisse d'un verre à café, d'une brosse à dents, de sacs, de contenants ou autres, ayez toujours vos accessoires réutilisables à porter de main. Votre manteau, votre poste de travail ou votre voiture sont de bons endroits pour les ranger. De cette façon, vous ne les oublierez jamais! Les courses soudaines, les imprévus ou oublis sont les principales raisons qui nous poussent à utiliser des contenants et objets jetables!

### APPRENDRE À RÉPARER OU RÉUTILISER PLUTÔT QUE JETER

Acheter en neuf est souvent la solution la plus simple. Par contre, acheter des objets de qualité et les réparer quand cela est nécessaire est beaucoup plus profitable à long terme.

Écocentre et Centre de valorisation  
des matières résiduelles (CVMR)

15, boulevard Industriel, La Sarre

☎ 819-333-2807

MRC d'Abitibi-Ouest

11, 5<sup>e</sup> Avenue Est, La Sarre QC J9Z 1K7

☎ 819-339-5671

✉ [mrcao@mrcao.qc.ca](mailto:mrcao@mrcao.qc.ca)