

LA REGLE DES 5R

Selon Béa Johnson en respectant 5 règles de base nous pouvons drastiquement réduire nos poubelles et ainsi avoir un réel impact positif sur notre production de déchets. Elles sont à appliquer dans l'ordre proposé ci-dessous.

- **Refuser**
- **Réduire**
- **Réutiliser**
- **Recycler**
- **Composter** (« **Rot** » en anglais)

1 – REFUSER

Pas toujours facile de dire non allez-vous me dire ! La vraie question derrière le refus est « **Est-ce que j'en ai vraiment besoin ?** ». Ou si nous allons plus loin, dans un esprit Marie Kondo, « **Cet objet me procure t-il une émotion positive ? Ai-je du temps et de l'espace à lui consacrer ?** ». Oui car posséder des objets implique obligatoirement leur gestion.

Prenons l'exemple d'un simple flyer qu'on nous a tendu dans la rue. Nous le prenons par courtoisie. Qu'allons-nous en faire ? Allons-nous seulement le lire ?

Par chance, il y a une poubelle à quelques pas... une simple poubelle ménagère, sans tri !

Si je ne trouve pas de poubelle, il finira peut-être au fond de mon sac ou bien dans mon vide-poche... occupant ainsi mon temps et mon espace.

Se poser ces 3 questions permet un refus courtois avec un simple « Non Merci » tout en répondant à vos besoins réels. Et si le sujet du flyer vous intéresse vous pourrez toujours engager la conversation avec la personne qui vous le propose.

Une autre manière de refuser est d'apposer un « **Stop Pub** » sur votre boîte aux lettres. Vous économiserez ainsi la production de prospectus (en moyenne 40kg / français/ an) et diminuerez la pression sur la ressource « bois ».

Et pour ceux qui veulent aller plus loin, il est possible de refuser tout objet à usage unique, les tickets de caisse ou encore les goodies.

2 – RÉDUIRE

On ne peut pas toujours refuser car certains objets ou « produits » correspondent à des besoins réels.

Notre marge de manœuvre est alors la réduction de nos déchets mais aussi de notre empreinte carbone. Pour cela plusieurs possibilités :

- **éviter le gaspillage alimentaire** : planification des repas et batch cooking pour limiter les achats superflus ou compulsifs, acheter des paniers anti-g aspi (to good to go), ...
- **éviter les produits sur-emballés ou même emballés** en privilégiant le vrac et le local. Ainsi vous limiterez les allers-retours à la poubelle mais aussi dynamiserez la

production locale (souvent moins polluante) tout en prenant soin de votre santé. Les alternatives zéro déchet sont là pour vous aider. Retrouvez 50 alternatives zéro déchet sur Positive n' green (<https://positivengreen.com/blog/50-alternatives-zero-dechet/>).

- **baisser votre empreinte carbone** : choisir nos modes de déplacements et les optimiser (ex : vélo, covoiturage), changer ses ampoules pour mettre des LED, éteindre ses appareils électriques, vider ses boîtes mails, se désabonner des newsletters (CLEANFOX),...

3 – RÉUTILISER

Et si on ne peut ni refuser, ni réduire, ... comment fait-on ?

Vous pouvez toujours privilégier la seconde vie en **RÉPARANT, TROQUANT, DONNANT et PARTAGEANT.**

Aujourd'hui, il est très facile de trouver des associations qui vous aident dans cette démarche. De plus elles couplent souvent leurs actions à de la réinsertion sociale. Dans le Gers vous pouvez vous tourner vers Emmaüs, Valoris, AG2i, le secours populaire, le Relais, ...

Pour réparer ou donner une seconde vie à vos objets vous avez à Auch l'association MAD, l'atelier du vélo pour tous, ...

C'est sans compter sur les magasins d'occasions privés qui fonctionnent souvent sous forme de dépôt vente ou les lieux de troc (Troc livres

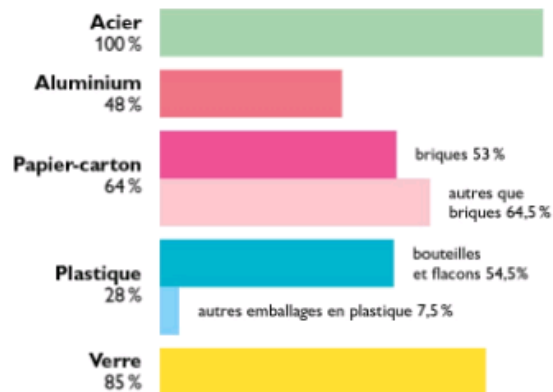
4 – RECYCLER

Oui le recyclage ne devrait venir qu'en 4^{ème} position et pourtant c'est le premier argument qui est donné lorsqu'on aborde le sujet du Zéro déchet : « Je suis dans le zéro déchet puisque je recycle ! ». Et pourtant ...

« Le seul déchet qui ne pollue pas est celui que l'on ne produit pas ! »

Ne nous y trompons pas tous les déchets mis au recyclage ne le sont pas dans les faits pour des raisons financières ou techniques en fonction des matières.

Taux de recyclage par matériau (en %)



Source : @CITEO.com

On voit bien ici que seulement 28% des plastiques sont recyclés alors qu'ils sont partout dans notre quotidien. Mais comment faire alors ?

Après avoir réduit les produits emballés nous avons aussi la possibilité de choisir un produit en fonction des matériaux qui composent son emballage en privilégiant l'acier, le papier-carton ou le verre.

Nous économiserons ainsi les ressources naturelles tout en protégeant la qualité et la disponibilité de nos sols (limitation des enfouissements) ainsi que la qualité de l'air (combustion des déchets).

5 – COMPOSTER (« ROT » en anglais)

Dernier acte dans notre chaîne et pourtant si essentiel... le compostage ! Le retour à la terre via le recyclage naturel, l'enrichissement de nos sols !

Le tri des déchets organiques deviendra obligatoire en 2023. Ce qui implique que les communes doivent mettre à minimum à disposition de ses administrés des moyens pour les composter (Composteurs individuels ou collectifs / lombricomposteurs / tournée de ramassage spécifique).

Quelques règles de base à respecter simplement :

- l'alternance de matière azotée (humide) et carbonée (sèche)
- l'humidité : l'arroser quand il fait trop sec
- l'aération : le brasser
- éviter la viande qui peut attirer les rats et les pelures d'ail qui ont des propriétés vermifuge

50 % de déchets azotés

Les déchets verts, humides et azotés



50 % de déchets carbonés

