



Voir aussi :  
[Réduire ses déchets](#) [2]

[1]

## Les achats :

- J'utilise un **cabas** ou un **panier** pour faire mes courses.
- Je garde toujours un petit cabas dans le coffre de ma voiture ou dans mon sac pour les achats de dernière minute.
- Je refuse le sac plastique donné par mon commerçant si je n'en n'ai pas l'utilité.
- Je n'emballer pas les fruits et légumes vendus à la pièce et dont je ne consomme ni la peau ni l'écorce (avocats, melons, ananas,...).
- Je préfère les produits en **vrac** ou à la **coupe** (fromages, charcuterie, légumes secs, céréales, lessive, clous, vis...) ainsi j'achète exactement ce dont j'ai besoin et je paye souvent moins cher.
- J'opte pour les **grands conditionnements** si je suis certain de les consommer rapidement ou de pouvoir les conserver (ex : format familial au lieu du format individuel).
- Lorsque j'ai le choix, j'opte pour des appareils qui se chargent sur secteur avec une **batterie**. S'ils fonctionnent avec des piles, je m'équipe de piles rechargeables.
- Je fais plaisir différemment :
  - j'offre des **cadeaux dématérialisés** : bon d'achat, place de spectacle, abonnement, massage, cours de cuisine...
  - je suis la tendance vintage avec des **objets anciens**, rares, de collection (vêtements, livres, disques,...)
  - je réalise des paquets-cadeaux **personnalisés**.
- D'autres astuces pour des festivités sans déchet dans la rubrique "Réduire ses déchets lors de ses loisirs".

## L'eau

- Avec l'**eau du robinet**, je consomme local et durable tout au long de l'année.
- Je privilégie les **carafes** en verre et les **gourdes** en inox.
- Pour une eau sans goût et sans odeur, je laisse décanter l'eau du robinet dans une carafe 1h au réfrigérateur avant de la boire.

## Les publicités

- J'indique que je ne souhaite pas recevoir de publicité en collant un « **Stop Pub** » sur la boîte à lettres de mon domicile.

Avec cet autocollant je reçois toujours le journal de ma commune. Des "Stop Pub" sont disponibles gratuitement à l'hôtel de communauté.

## L'hygiène et l'entretien

- Pour l'hygiène de la maison et de toute la famille, je remplace mes lingettes jetables par des serpillères, chiffons, éponges, carrés démaquillants **lavables** et **réutilisables**.
- Je **respecte les doses** prescrites pour les produits d'entretien.
- Autant que possible je choisis des **produits éco-labellisés**.
- Avec du vinaigre blanc, du bicarbonate de soude, quelques gouttes d'huiles essentielles et du savon de Marseille je fabrique mes produits ménagers naturels pour toute la maison.
- Je choisis des **produits rechargeables**.

## Les aliments

- Je fais une **liste** de course sur du papier brouillon.
- Je planifie mes repas de la semaine.
- Je veille aux **dates limites de consommation**.
- J'achète uniquement les quantités que je suis certain de consommer.
- Je conserve bien mes aliments (rangement du frigo, règle du 1<sup>er</sup> entré/1<sup>er</sup> sorti, et je congèle les produits que je ne pourrais pas consommer avant leur **date de péremption**).
- Je cuisine des quantités adaptées à l'appétit et au nombre de convives (100 g de pâtes par personne, ½ verre pour le riz, 3 cuillères à soupe pour les lentilles...).
- J'**accommode les restes**.

## La récup'

- En direct ou sur internet, j'achète d'**occasion**, et je **donne** et je vends, ce qui est en bon état et ne me sert plus.
- Je **loue** ou j'**emprunte** les équipements dont je me sers peu (outillage, électroménager).
- Je participe à des journées thématiques de **troc/don/revente** d'affaires personnelles d'occasion (troc de fringues, brocante d'intérieur, échanges de livres, bourse aux affaires scolaires,...).
- Je succombe au « Do It Yourself » : customisation, relooking, avec un peu de

créativité et quelques accessoires mes vêtements et objets démodés sont de nouveau d'actualité.

- J'apprends à **réparer** ou je fais réparer les objets cassés grâce aux acteurs du réemploi et de la réparation présents sur le territoire.

---

**Source URL:** <https://www.epernay-agglo.fr/article/reduire-ses-dechets-la-maison>

**Liens**

[1] <https://www.epernay-agglo.fr/sites/epernay-agglo/files/image/article/marchebd.jpg>

[2] <https://www.epernay-agglo.fr/article/reduire-ses-dechets>