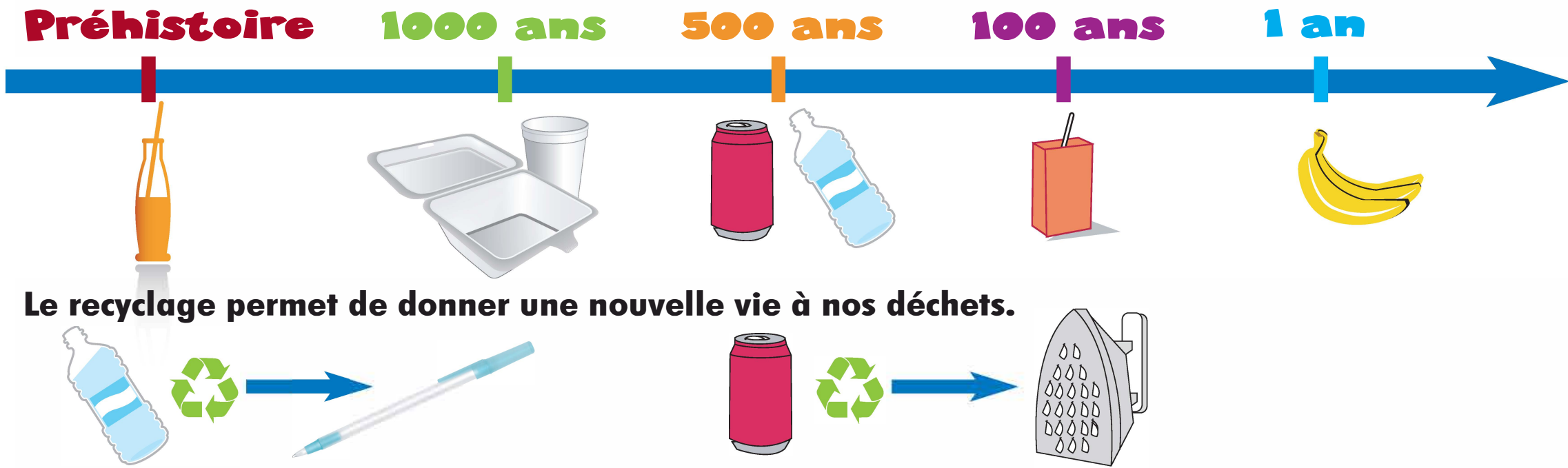


Une boîte à lunch écolo : un petit geste qui a de l'impact



Pour que ce déchet soit disparu aujourd'hui, vous auriez dû le jeter il y a...



Saviez-vous que...

- En moyenne, chaque Québécois jette l'équivalent d'un éléphant de déchets par an.
- Nos aliments parcourent 2 500 km en moyenne avant d'arriver dans nos assiettes, ce qui représente environ 5 allers-retours Montréal-Québec
- Un producteur de café gagne 1000 \$ par année, alors que le président d'Altria, une grande multinationale de production de café, gagne 18 millions \$ en salaire
- Environ 25 bouteilles recyclées peuvent fabriquer un chandail polaire

Dans ma boîte à lunch écolo...



Je mets

- Des produits locaux, biologiques ou équitables
- Des contenants réutilisables, comme une gourde, des plats de plastique réutilisables
- Des serviettes de table en coton
- Un sac en coton pour transporter mon lunch
- Des contenants recyclables



J'évite

- Les contenants à usage unique (ex : canettes d'aluminium)
- Les contenants non recyclables (ex : plats en styromousse)
- Les formats individuel, (ex : boîtes de jus ou de yogourt)
- De gaspiller de la nourriture

Le projet Pour des événements écoresponsables est rendu possible grâce à une contribution du Fond d'action québécois pour le développement durable et son partenaire financier, le gouvernement du Québec.

Dans mon bac de recyclage...

Je mets



Je ne mets pas



Les Clubs 4-H
du Québec inc.

www.clubs4h.qc.ca



événement éco responsable

www.evenementecoresponsable.com

Imprimé sur du Rolland Enviro 100, contenant 100 % de fibres recyclées postconsommation, certifié Choix environnemental, Procédé sans chlore, ainsi que FSC Recyclé et fabriqué au Québec à partir d'énergie biogaz.



Fiche sur LES PLASTIQUES

par Les Clubs 4-H du Québec

Saviez-vous que la production mondiale du plastique est passée de 30 millions de tonnes en 1970 à 169 millions en 2003. Source : Plastics Europe

Le plastique est fabriqué à partir du pétrole. Le plastique remplace le bois, le verre et le métal, car il y a de nombreux avantages comme la résistance, la polyvalence, la durabilité et la légèreté.

Saviez-vous que le plastique a été utilisé pour la première fois vers la fin du siècle dernier pour remplacer l'ivoire des boules de billard et des notes de piano. Source : Valorplast

Ce sont les propriétés du plastique, telle que la résistance aux facteurs physico-chimiques, qui lui sont reprochées au plan environnemental. Mis à la poubelle, un plastique souple se décomposera dans 100 à 500 ans. Tandis qu'un plastique rigide peut prendre jusqu'à 1 000 ans.

Pour le plastique, comme pour l'ensemble des matières résiduelles, le défi est d'appliquer le principe des 3RV, soit de privilégier d'abord la réduction à la source, puis le réemploi, le recyclage et la valorisation.

On peut donc réduire l'utilisation du plastique de différentes façons, par exemple : en utilisant une tasse réutilisable au lieu d'un verre de styromousse, en utilisant un sac d'épicerie ainsi qu'une bouteille d'eau réutilisable. À l'épicerie, vous pouvez aussi faire des choix entre un emballage en plastique qui deviendra un déchet et celui que vous pourrez déposer dans votre bac de recyclage.

Code	Nom	Utilisations courantes	Exemples de produits à contenu recyclé
 1 PET	PETE (ou PET) : Polyéthylène téréphthalate	Bouteilles de boissons gazeuses, d'eau de source et autres contenants alimentaires.	Vêtements de polar, tapis, fibres de rembourrage, montres, souliers de course.
 2 HDPE	PEHD ou HDPE : Polyéthylène haute densité	Bouteilles d'eau de javel et de shampoing, récipients de crème glacée et contenants de lait ou de jus, sacs d'emplètes.	Bacs de récupération, bouteilles de shampoing ou d'huile à moteur, mobilier urbain (bancs de parc et tables à pique-nique).
 3 V	PVC ou V : Polychlorure de vinyle	Matériaux de construction, stores verticaux, boyaux d'arrosage.	Revêtement, tuyaux, cônes de circulation, tuiles à plancher.
 4 LDPE	PELD ou LDPE : Polyéthylène basse densité	Sacs à ordures, à épicerie, à sandwich, pellicule extensible.	Nouveaux sacs d'épicerie et de magasinage, plastibois.
 5 PP	PP : Polypropylène	Bouchons et couvercles, pots de yogourt et de margarine.	Brosses à cheveux, coquilles de batteries, balais, palettes, pièces d'automobile, caisses de lait.
 6 PS	PS : Polystyrène	<u>Expansé (styromousse)</u> : Verres à café, plateaux pour viandes et poissons, matériel d'isolation. <u>Non expansé</u> : Ustensiles, verre de bière, petits contenants de lait et de crème pour le café.	Règles et autres fournitures de bureau, boîtiers pour disques compacts et cassettes vidéo, plateaux de table, isolant.
 7	Autres plastiques	Bouteilles d'eau de 18 litres réutilisables, certaines bouteilles de ketchup.	Mobilier urbain (plastibois) : bancs de parc, tables à pique-nique, clôtures.

De manière générale, tous les plastiques peuvent se recycler. Pour le moment, au Québec, le plastique numéro 6 n'est pas récupéré. Les critères de recyclage peuvent varier d'une municipalité à l'autre, c'est pourquoi il faut vérifier les règles en vigueur pour sa région.

Saviez-vous que malgré le fait que la production d'ustensiles en métal demande plus d'énergie que la production d'ustensiles jetables en plastique, il suffit d'utiliser un ustensile en métal 45 fois ou plus pour que celui-ci devienne moins polluant ? Source : www.polysphere.ca

Fiche sur LE COMPOST et LE VERMICOMPOST

par Les Clubs 4-H du Québec

Saviez-vous que l'**herbicyclage** est l'action de laisser le gazon sur place après la tonte? Il s'agit d'une méthode écologique de fertilisation de la pelouse. En se décomposant, le gazon nourrit le sol de façon naturelle. Source : Recyc-Québec

En moyenne, chaque Québécois produit, à la maison, **179 kg de résidus compostables par année**. Cela représente **44% de l'ensemble des résidus municipaux**. Plus de la moitié de ces résidus sont composés de restes alimentaires (52%) et plus du quart sont des résidus vert (27%). Par résidus verts on entend feuilles mortes, gazon coupé, branches...

Saviez-vous que pour faire un bon compost, il faut trouver le **juste équilibre** entre la matière riche en **azote (humide)** et celle riche en **carbone (sèche)**?

Source : Novaenvirocom

La pratique actuelle d'enfouissement des déchets conduit à **deux principaux problèmes** : l'**acidification du milieu** et la **génération de biogaz**.

La décomposition de la matière organique dans les sites d'enfouissement produit des **acides**. Ces acides sont mélangés et transportés par les eaux de ruissellement provenant de la pluie et de la neige. Cette **solution acide** peut dissoudre certains produits comme des **métaux-lourds** et ainsi contaminer le lixiviat (jus de poubelle du site d'enfouissement) et éventuellement la nappe phréatique.

Lorsque les résidus organiques se décomposent en l'absence d'oxygène (comme dans les sites d'enfouissement), il y a **formation de biogaz** contenant principalement du **dioxyde de carbone (CO₂)** et du **méthane (CH₄)**, un gaz 24 fois plus nocif que le CO₂, contribuant à l'effet de serre. L'enfouissement des matières résiduelles compostables est ainsi responsable de **7,5% des émissions de gaz à effet de serre**.

Le **vermicompostage** permet de faire du compost à l'intérieur et occupe peu d'espace. Il fait appel au travail des **vers** qui mangent la matière organique. Cela ne dégage **aucune mauvaise odeur**, car les vers suppriment l'odeur de décomposition des déchets en les digérant, grâce aux enzymes de leur intestin.

Exemples de matières à inclure et de matières à éviter dans un composteur domestiques

Matières riches en azote*	Matières riches en carbone*	Matières à NE PAS composter*
<ul style="list-style-type: none"> ❖ Restes de fruits ❖ Restes de légumes ❖ Tontes de gazon fraîches ❖ Mauvaises herbes fraîches ❖ Coquilles d'œuf ❖ Algues 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Feuilles d'arbres séchées ❖ Sciure de bois ❖ Marc de café (et filtre) et sachets de thé ❖ Serviettes de papier et essuie-tout ❖ Pâtes alimentaires, pain, riz et écales de noix ❖ Cheveux et ongles ❖ Litière d'oiseau et plumes ❖ Plantes mortes et fleurs séchées 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Viande et poisson ❖ Huile et autres gras ❖ Produits laitiers ❖ Excréments de chat, chien ou humain et litière de chat ❖ Poussière d'aspirateur ❖ Feuilles de rhubarbe ❖ Cendre de bois ❖ Plantes ou feuillages malades

*Liste non exhaustive

Saviez-vous que les **vers rouges**, utilisés pour le vermicompostage, **mangent l'équivalent de leur propre poids par jour**, en digérant la terre et les résidus de plantes? Leurs déjections sont un **fertilisant naturel, sans odeur et non toxique** pour les plantes.

Source : Jardin botanique