



# ADIEU, POUBELLE!

## LE « ZÉRO DÉCHET » POUR ALLÉGER LES DÉPOTOIRS



Par Julie Gagné, agente de sensibilisation à VertCité  
By Julie Gagné, agente de sensibilisation à VertCité

Au Québec, le mouvement « zéro déchet » gagne rapidement en popularité. Ce mode de vie vise à réduire la production de déchet au maximum (et non complètement, comme le laisse croire son nom) et est une façon concrète de contribuer quotidiennement à la lutte aux changements climatiques.

Pour réduire au maximum la taille de sa poubelle, il faut, dans l'ordre : refuser ce dont on a pas besoin, réduire ce dont on a besoin (revoir ses priorités), réutiliser le plus possible, recycler ce qui ne peut pas être réutilisé et composter le reste. Après toutes ces étapes, votre poubelle devrait être presque vide.

### LE « ZÉRO DÉCHET » EN PRATIQUE

Le « zéro déchet », en théorie, c'est bien beau, mais comment est-ce en pratique? Pour vous donner une idée, voici cinq petits changements faciles à faire pour réduire significativement votre production de déchets :

- 1 Compostez : avec la collecte des matières organiques de l'arrondissement, pas d'excuse!
- 2 Achetez en vrac avec vos contenants. Allez faire un tour à VertCité pour vos produits ménagers et corporels! Ailleurs dans Montréal, *Frenco*, *LOCO*, *Méga Vrac* ainsi que *Vrac et bocaux* sont des adresses incontournables;
- 3 Plutôt que d'utiliser des sacs en plastique pour emballer les fruits et les légumes en vrac, fabriquez ou achetez des filets!
- 4 Apportez un contenant au restaurant pour rapporter vos restes ou pour prendre une commande à emporter;
- 5 Saviez-vous que des subventions pour les couches lavables sont offertes à Saint-Laurent? C'est une bonne façon de jumeler économies et écologie! Contactez VertCité pour plus de renseignements.

Évidemment, réduire drastiquement ses déchets ne se fait pas du jour au lendemain. Cela demande de l'organisation et de la patience, mais on s'aperçoit vite que ces gestes ne sont pas compliqués. Pour en savoir davantage, je vous invite à visiter mon blogue, [www.leblogdejule.wordpress.com](http://www.leblogdejule.wordpress.com), où je partage mon expérience et où j'ai répertorié plusieurs ressources qui m'ont aidée dans ma démarche. En terminant, venez rejoindre le groupe **Zéro déchet Montréal** sur Facebook!



## FAREWELL, TRASH CAN!

The "zero waste" lifestyle is more and more popular in the province of Québec. This way of life aims at reducing waste to a minimum (but not completely, contrary to what its name may imply), and a concrete way to act against climate change on a daily basis.

To minimize the amount of waste you produce, you must (in order): refuse what you don't need, reduce what you need (review your priorities), reuse as much as possible, recycle what cannot be reused and compost the rest (mostly organic waste). After all these steps, your garbage bin should be almost empty!

### THE "ZERO WASTE" HOW-TO:

The "zero waste" is a great idea in theory, but what does it mean in real life? To give you an idea, here are five small changes easy to put in place that will significantly reduce the amount of waste you produce:

1. Use your brown bin to compost your food scraps! With the collection of organic matters in the borough, there are no excuses!
2. Buy in bulk with your own containers. Check out VertCité for your household and personal hygiene products! In other sectors of Montreal, *Frenco*, *LCOC*, *Méga Vrac* and *Vrac et bocaux* are a must;

3. Use mesh bags for your loose fruits and veggies, rather than plastic bags;
4. Bring a container to the restaurant for leftovers and take-out;
5. Cloth diapers: did you know that you can obtain a grant in Saint-Laurent? Contact VertCité for more information.

Obviously, drastically reducing your waste does not happen overnight. It requires organization and patience, but those actions are not that complicated. To find out more, please visit my blog [www.leblogdejule.wordpress.com](http://www.leblogdejule.wordpress.com), where I share my experience and where you can find useful resources that have helped me in the process.