

Guide de l'étudiant écolo



L'assolidaire
TOURANGELLE



SOMMAIRE

GUIDE DE L'ÉTUDIANT ÉCOLO

1. SE DÉPLACER À TOURS *Page 3*
2. CONSOMMER MIEUX ET DURABLE *Page 6*
3. NOS RECETTES DANS VOS ASSIETTES *Page 11*
4. LES PETITES ASTUCES ÉCOLOS *Page 17*
5. LES APPLIS ÉCOLOS *Page 18*
6. LES LOGOS ÉCOLOS *Page 20*
7. LE GUIDE DU TRI *Page 22*

SE DÉPLACER À TOURS

PETIT GUIDE DES ALTERNATIVES DE TRANSPORTS ÉCOLOS

❖ *Salut à toi, cher(e) étudiant(e),*

*Nous avons concocté spécialement pour toi, divers et variés **moyens de transport** disponibles sur Tours et ses environs à **prix raisonnables** tout en permettant de réduire, ne serait-ce qu'un petit peu, l'**impact environnemental** sur la planète.*

Bien-sûr, le meilleur mode de transport reste la marche à pieds (écolo, gratuit combinant avec de l'activité physique, que demander de mieux), donc si t'as un peu de temps dans la semaine, pourquoi pas une petite promenade au Bord de Loire ou faire du pédibus avec tes amis !

Sur ce, bonne lecture !

TABLE DES MATIÈRES

01.
TRAINS

03.
VÉLO

02.
BUS ET TRAM

04.
VOITURE

La fameuse carte RÉMI-LIBERTÉ JEUNE

Cette puissante carte te permet de voyager en **Centre-Val de Loire, Île de France, Nouvelle Aquitaine et Pays de la Loire**

avec :

- **50%** de réduction la Semaine
- **66%** de réduction le Week-end



Condition : Avoir moins de 26 ans

Type de transport : Train ou Car

Validité : 1 an

Prix : Totalelement **gratuit** en t'inscrivant sur le site Yep's !
Via l'ENT de l'université ou sur <https://www.yeps.fr/my/dashboard>

Accessibilité



Budget



Périmètre desservi



UTILISATION RÉGULIÈRE?

OUI



NON



Abonnement PASS 19-25 ans

Prix : 23 € par mois
Pour 10 mois achetés, les 11^e et 12^e mois sont offerts !

Formule liberté

Prix : 1,40 € par validation
(au lieu de 1,60€)

L'incontournable
FIL BLEU

filbleu

Accessibilité



Budget



Périmètre desservi



Avec 28 lignes de bus régulières et 1 ligne de tram, Fil Bleu te permettra de visiter jusqu'à 25 communes de l'Agglomération Tourangelle !

PS : Tu ne le sais peut-être pas, mais la carte JV malin est également utilisable à **Orléans, Chartres et Blois** (bien-sûr, à condition d'avoir acheté le titre de transport de la ville correspondante).

VÉLO

Pédaler est ta passion mais tu ne possèdes pas de vélo ? Alors
2 possibilités s'offrent à toi !

Accessibilité



Budget



Périmètre desservi

(en fonction de ta force et ton endurance)



VELOCITI - vélo à louer

Ce service de Fil Bleu te permettra de louer un vélo à **longue durée** avec un tarif super intéressant !

Tarif : 3€ par mois pour les abonnés Fil Bleu (et 5€ pour les non abonnés)
+ Une caution de 200€ (non encaissée)



INDIGO WEELS - le libre service

L'**appli** du même nom te permet de réserver en quelques secondes un des milliers de vélos disséminés partout autour de la ville. Idéal pour des **trajets occasionnels** !

Tarif : 0,50€ pour 30 minutes d'utilisation



Rejoins
-
Nous !



Mais qu'est-ce que le CorpoVoit ?

Créé par l'ACT en **2019** (tout récemment quoi) sur **Facebook**, le groupe permet de **promouvoir le covoiturage au sein de la Fac** pour de petits et longs trajets, et donc de permettre de :

- ✓ Faire de **nouvelles rencontres**
- ✓ **Limiter les dépenses** liées aux déplacements
- ✓ Limiter l'**empreinte écologique**

CORPOVOIT : covoiturage de la fac

Accessibilité



Budget



Périmètre desservi



Convivialité



<https://www.facebook.com/groups/495942361202145/>

Pour les adeptes du volant : CITIZ

Citiz est l'alternative voiture d'Indigo Weels !

Tu peux alors **réserver une voiture** selon tes besoins, tout en échappant aux inconvénients d'une voiture personnelle.

Prix : à partir de 2€/l'heure ou 0,37€/km

<https://tours.citiz.coop/>

Accessibilité



Budget



Périmètre desservi



CONSOMMER MIEUX ET DURABLE



LA MÉTHODE BISOU

PAR MARIE DUBOIN ET HERVELINE
VERDEKEN

JETTE UN COUP D'ŒIL !

LA MÉTHODE BISOU

LE SOLIDE

LA SECONDE MAIN

LES ALTERNATIVES LAVABLES
ET/OU RÉUTILISABLES

LE VRAC

LE LOCAL, COMMERCE DE
PROXIMITÉ, BIO

La règle d'or est **d'arrêter de surconsommer**, pour l'environnement, ta santé et ton porte-monnaie !

Comment y arriver ?

En respectant la « **méthode BISOU** » :

- **B** comme besoin : à quel besoin cet achat correspond-il ?
- **I** comme immédiat : puis-je attendre quelques jours avant de me décider ?
- **S** comme semblable : ai-je déjà un objet qui a cette utilité ?
- **O** comme origine : quelle est l'origine de ce produit ?
- **U** comme utile : cet objet va-t-il m'apporter un confort primordial ?



Recette de dentifrice



- 12g d'argile blanche ou de carbonate de calcium
- 4g de bicarbonate de soude alimentaire ou de charbon actif en poudre
 - 10g d'huile de coco
- 1 ou 2 pincées de clou de girofle en poudre (optionnel)
- 3 ou 4 gouttes d'huile essentielle de menthe douce/poivron, citron ou tea-tree (optionnel)

Mélanger les poudres, ajouter les liquides puis verser le tout dans une petite boîte métallique ou en verre (achetée à Day by Day). Facile à transporter !



Mais si te nourrir et te laver font partie de ton quotidien, nous te proposons des alternatives bonnes pour l'environnement et ton bien-être.

Tu verras, c'est tellement satisfaisant d'avoir fait une bonne action !

LE SOLIDE

SAVON SOLIDE, DENTIFRICE SOLIDE,
SHAMPOING SOLIDE..

Ils offrent en général un meilleur rapport prix/durabilité, moins d'emballages et contiennent en général moins de produits nocifs (tensioactifs...).

Faciles à réaliser soi-même, avec des produits sains et pas chers.



**Alerte
emballages,
passons au zéro
déchet !**

LA CHASSE AUX PLASTIQUES
EST OUVERTE DEPUIS
PLUSIEURS ANNÉES, ALORS À
TOI DE JOUER !

TA FORCE : TES BOCAUX, SACS
EN TISSUS, TUPPERWARE ET
GOURDE.



LA SECONDE MAIN

BRIC-À-BRAC, FRIPERIES

Les vêtements que tu portes sont extrêmement polluants et appauvrissent la planète à chaque étape du circuit :

- **La matière première** (coton, plastique, laine...)
- **La production** (pollution par les machines, les produits chimiques, sans oublier la main d'œuvre exploitée et exposée à ces risques !)
- **L'emballage en lot, le transport...**

QUELQUES ADRESSES :

VICTORY SHOP : 7 rue du
Change à TOURS

SHOP VINTAGE : 20 rue
Bretonneau à TOURS

VINTAGE : 66 rue Grand
marché à TOURS

LA DENICHE : 63 rue
d'Entraigues à TOURS

Les bric-à-brac occupent tes dimanches, offrent des produits vraiment **pas chers**... sans oublier que l'argent des participants est reversé à des **associations**.

Toi aussi pense à **faire le tri dans tes placards** pour faire de la place dans ton 20m², te faire un peu d'argent pour tes traquenards du jeudi soir, te débarrasser de ce qui prend la poussière et montrer tes talents de vendeurs !





LES ALTERNATIVES LAVABLES ET/OU RÉUTILISABLES

GOURDE, TOTE BAG, MOUCHOIRS EN TISSU, SERVIETTES/CULOTTES MENSTRUELLES, SERVIETTES DE TABLE, COTONS, TAWASHI...

Les **tawashis** sont des éponges que tu peux réaliser facilement à l'aide d'un vieux tee-shirt et que tu peux laver et réutiliser.

Le plastique des bouteilles est agressif pour l'environnement mais aussi pour ta santé. Choisis une **gourde en verre ou en INOX**.

Le tout, **sans bisphénol A** (qui est un perturbateur endocrinien...)



Le vrac à Tours

ÉPICERIE (LÉGUMINEUSES, PÂTES, GÂTEAUX, CÉRÉALES), MIEL, CAFÉ, SAVON, PRODUITS D'ENTRETIEN ET MÊME LES CROQUETTES POUR TON CHAT !

DAY BY DAY : 109 rue des Halles à Tours

SUR LA BRANCHE : 2bis Place de la Victoire à TOURS,

Epicerie indépendante zéro déchet, produits bio et locaux

LE DRIVE DU BON SENS : 35 rue des Frères Lumière à Chambray,

1er Vrac Drive de la région !



Utilise les applis *Yuka* ou *OpenFoodFacts* pour voir la composition et les dangers des produits alimentaires et cosmétiques en scannant le code barre du produit.

LE LOCAL, LES COMMERCE DE PROXIMITÉ, LE BIO

MARCHÉS, BOUCHERIES, BOULANGERIES, ÉPICERIES

Des produits frais en respectant **le calendrier des produits de saison** pour plus de saveurs, moins d'importations, moins de produits.

En t'abonnant à **la newsletter de Greenpeace**, tu peux obtenir ce calendrier mensuel par mail avec quelques idées de recettes.

Sinon, d'autres associations comme **l'ANEMF** le publient régulièrement sur les réseaux sociaux.

QUELQUES IDÉES :

BOUCHERIE LOCALE

PANIERS DE FRUITS ET LÉGUMES

LES MARAÎCHÈRES DU SAUGE (GAEC) :

LÉGUMES PRODUITS À LA RICHE

WWW.CESTJUSTE.COM : MIEL

JOURS DE MARCHÉS : JOUR-DE-MARCHE.FR



Code sur les œufs

Si tu es un amoureux des animaux mais que tu n'y comprends rien :

Prends des œufs marqués 0 (= bio) ou 1 (= plein air) suivi de FR (= France) puis 37 (= numéro de département).



Nos recettes dans vos assiettes

Cake à la peau de banane

RECETTE



INGREDIENTS

- 3 peaux de bananes
- 80 g de pépites de chocolat
- 2 œufs
- 60 g de sucre
(½ sucre roux ½ sucre blanc)
- 180 g de farine
- ½ sachet de levure chimique
- 50 g de beurre
- 250 g d'eau

PREPARATION

- Préchauffez le four à 220°C
- Coupez les extrémités des peaux de bananes puis lavez le reste soigneusement
- Versez l'eau dans la casserole et faites chauffer à feu vif les peaux jusqu'à ce qu'il n'y ait plus d'eau
- Mixez les peaux de bananes puis réservez
- Séparez les blancs des jaunes d'œufs et fouettez les jaunes avec le beurre mou et le sucre
- Incorporez farine, levure et peaux de bananes mixées
- Montez les blancs en neige puis ajoutez les à la préparation avant d'ajouter également les pépites de chocolat
- Versez la pâte dans un moule à cake et enfournez 30 min!

https://mamancadeborde.com/cake-a-peau-de-banane-pepites-de-chocolat/?fbclid=IwAR2EjJZzilNbJQPm5D7C2_LFK6sf6vRyPJ6MZpETLhXjUV04RciaoPm8u44

SITE WEB

Nos recettes dans vos assiettes

Quand tu ne sais pas doser le riz

RECETTE

PROBLEMATIQUE

Vous ne savez pas doser le riz et vous vous retrouvez toujours avec du riz en trop dans votre frigo ?

Pas de panique, vous pouvez le décliner selon vos envies !

IDÉES POUR VOUS SAUVER

Voici quelques idées, salées et sucrées :

- Risotto
- Gratin de riz à la sauce tomate
- Aubergines farcies au riz
- Riz cantonnais
- Omelette campagnarde au riz
- Sushis maison
- Gâteau de riz au four



<https://www.cuisineaz.com/diaporamas/recettes-anti-gaspi-au-riz-2336/interne/1.aspx>

SITE WEB

Nos recettes dans vos assiettes

Que faire des épluchures de légumes?

RECETTE



LA RÉPONSE EST SIMPLE : DES ÉPLUCHURES SAUTÉES À LA POÊLE !

INGREDIENTS

- 3 navets
- 2 tiges de brocolis
- 4 tiges d'oignons nouveaux
- Épluchures de 7 carottes bien lavées
- 1 piment
- 5 tiges de coriandre
- 1 c.s d'huile de sésame
- 1 c.s de sauce soja
- 3 c.s d'eau

Les instructions sont simples :

- Nettoyez
- Coupez
- Mélangez le tout
- Faites cuire à la poêle à feu doux !

Nos recettes dans vos assiettes

Le chou-fleur

L'INGRÉDIENT

LE SAVIEZ-VOUS ?



Les feuilles de chou-fleur sont comestibles, donc plus besoin de les jeter !

3 FAÇONS DE SAUVER LES FEUILLES DE
TON CHOU-FLEUR DU COMPOST

Voici quelques idées pour les cuisiner :

- En salade
- Sautées au wok
- Dans une soupe

Maintenant à toi de jouer pour agrémenter tes salades, veloutés ou autres plats cuisinés avec cette partie du chou souvent oubliée!

Pour plus d'idées : <https://www.saveeat.co/feuilles-de-chou-fleur-recettes-astuces/>

SITE WEB

Nos recettes dans vos assiettes

Et le pain dans tout ça ?

L'INGREDIENT

PROBLEMATIQUE

Là encore, ce n'est pas parce que
votre pain est rassis qu'il est bon
à jeter à la poubelle!



ET ZÉ REPARTIII POUR
QUELQUES VARIANTES !

- **Le pain perdu :**
En guise de petit déjeuner, brunch ou encore goûter, le pain perdu fera le plaisir des gourmands! La recette est simple : tremper le pain dur dans du lait, de l'œuf, du sucre et le faire dorer à la poêle quelques minutes et c'est prêt! Il ne te reste plus qu'à l'agrémenter de ce qui te fait envie : banane, fruits rouges, chocolat...
- **Les toasts et les bruchettas :**
Simples et efficaces pour des entrées, plats ou apéros entre amis! Il suffit de mettre tes tranches de pain au four pendant 5 min à 180°C puis de les garnir comme bon te semble avant de servir. Petites idées de garnitures : avocat, saumon, fromage frais, œufs, chèvre, figue, charcuterie, tomates, mozzarella... Bref tout ce qui te passe par la tête!

Toutes les recettes et plus encore : <https://www.saveeat.co/ne-jeter-plus-votre-pain-rassis/>

SITE WEB

Nos recettes dans vos assiettes

Et le pain dans tout ça ? (suite)

L'INGREDIENT



LA BAGUETTE DE PAIN
PERDU FACON PIZZA

INGREDIENTS

- 1 baguette rassie
- 20 cL de lait
- 10 g d'olives noires dénoyautées
- 3 tomates
- 500 g de mozzarella
- 2 œufs
- Des herbes de Provence

Modifiables selon ce qu'il y a dans ton frigo !

Préparation :

- Coupez la baguette en 2 dans le sens de la longueur
- Dans un grand plat (pour y tremper la baguette), battez les œufs et ajoutez le lait
- Laissez imbiber le pain dans le mélange pendant 10 min en pensant à la retourner
- Faites préchauffer le four à 200°C
- Lavez et coupez les tomates en rondelles, coupez également la mozza et les olives
- Déposez les baguettes sur une plaque de cuisson et disposez la garniture en alternant tomates et mozzarella avant d'ajouter quelques herbes de Provence et les olives
- Mettez au four quelques minutes!

Et pour divers aliments : <https://www.saveeat.co/blog/recettes-anti-gaspi/>

SITE WEB

L'écologie

LES PETITES ASTUCES

Ramasser
Les
Déchets
Tu
Devras
Et
La
Planète
Tu
Sauveras



Et si tu en redemandes,
jette un œil sur
l'application
ASTUCES ECOLOS



A la cuisson des aliments, mets un couvercle, ça cuit plus vite et consomme moins d'énergie = **plus écolo + économique !**



Pense à **dégivrer** ton congélateur au moins deux fois par an, pourquoi pas avant les vacances.



Éteindre sa chaudière quand on part longtemps de chez soi évite la surconsommation. 😊

Débranche les appareils quand tu ne les utilises pas ou que tu pars (box, PC, chargeur, multiprises...)



Tout emballage est **réutilisable**, il faut un peu d'imagination ! (récipient, divers rangements...)



Les mails polluent... quand tu as fini, appuie sur la petite **poubelle**, c'est simple et rapide !



LES APPLIS ECOLOS

Too Good To Go



Si tu ne la connais pas déjà, c'est l'application **anti-gaspi** qu'il te faut !

Le principe est simple, tu entres le nom de ta ville dans la barre de recherche et l'application te propose une liste de magasins proposant ses **invendus** du jour sous forme d'un « **panier surprise** » à venir chercher et à très petit prix.

Testé et approuvé !

Yuka



Incontournable application de notre époque basée sur le **NutriScore**.

Elle permet de **scanner** un produit, afficher la liste de ses composants (fibres, calories, graisse, additifs, sucre) et de le noter sur 100.

Dans le même style, il y a **OpenFoodFacts** et pour les cosmétiques, il existe **QuelCosmetic**.

90 jours



Assistant personnel de transition écolo, cette application propose une série de 20 défis pour **modifier nos habitudes à notre rythme**.

Apprendre le tri sélectif, éviter l'huile de palme, faire pipi sous la douche...

Notre « **coach d'écologie** » commence tout d'abord par évaluer notre niveau d'engagement par un court questionnaire qui nous permettra d'établir **une liste de challenges personnalisée** à remporter !

Astuces Ecolo



+ de **300 astuces écologiques** et économiques disponibles qui changeront ton quotidien !

Ex : créer son propre dentifrice, économiser 10€ sur ta facture d'électricité.

De plus, cette appli offre la possibilité de répondre à un questionnaire sur ton mode de vie pour avoir une estimation précise de ton **empreinte écologique** et la réduire.



Ecosia



Engagé dans la **lutte contre la déforestation**, Ecosia est un moteur de recherche également disponible en application.

L'argent des publicités liées aux recherches effectuées a permis la plantation de plus de **89 millions d'arbres** sur la planète.

Il permet également la restauration des rivières, des flancs de montagnes, le soutien aux communautés agricoles, ...



Guide du tri



Tu ne sais pas où se trouve les **points de collecte** les plus proches de chez toi ? Cette application est faite pour toi !

Il suffit d'entrer le produit que tu souhaites recycler dans le moteur de recherche et l'application te dira quoi en faire, dans quelle poubelle le jeter et **géolocalisera** le point de collecte approprié à ta demande.

Ecocompare



Guide pour analyser et comparer les produits écologiques en luttant contre le **greenwashing**.

Cette application se base sur 3 critères :

- **La fabrication** : utilisation de matériaux recyclés, certifiés bio, fabrication locale, émission de CO2
- **L'utilisation** : durée de vie et réduction des produits/émissions toxiques
- **Le recyclage** : matériaux compostables ou biodégradables, emballage minimal ou recyclable

🌱 le petit tour des logos écolos 🌱



Le Point Vert

Ce symbole n'a pas de signification particulière pour toi. Il signifie simplement que l'entreprise qui a produit le bien reverse une partie de ses bénéfices à des industries de recyclage. L'apposition de ce logo sur les emballages n'est aujourd'hui plus obligatoire, jugée perturbante 😞

Triman

Derrière ce nom digne de celui d'un super-héros se cache une volonté sympathique : ce logo te dit que ton déchet est recyclable (poubelles vertes, jaunes et bleues, points de collecte...).

⚡ Il ne figure pas sur les déchets chimiques et les piles, qui doivent pourtant être jetés dans des points de collecte spécifiques.



Anneau de Möbius :

Ce logo indique que l'objet est techniquement recyclable, cependant cela ne signifie pas qu'il sera recyclé. Tout dépend de toi ! N'oublie pas les gestes du quotidien.

Attention, s'il y a un chiffre dedans, il correspond au taux de matière recyclée à partir duquel l'objet a été fabriqué.

Tidy man :

Il veut simplement dire « jetez vos déchets dans une poubelle », et c'est toujours plus sympa de le rappeler 😊. Ça n'indique pas si l'objet est recyclable, ni dans quelle poubelle il faut le jeter.

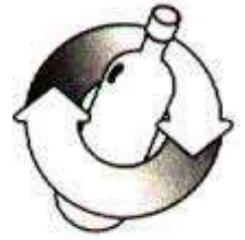


Poubelle barrée :

Ton déchet ne doit pas être jeté dans une poubelle classique. C'est un déchet d'équipements électriques et électroniques (DEEE), il faut qu'il soit amené en centre de collecte sélectif. Pour les gros appareils (télévision, lave-linge...), en achetant un neuf, le magasin s'engage à reprendre l'ancien ! Sympa 😊

Verre recyclable :

En tant que bons carabins, il pourrait vous être utile de connaître la signification de ce pictogramme. Il signifie que le verre dans lequel la bouteille fabriquée est recyclable. Ainsi, il faut la jeter dans la bonne poubelle ^^



Acier recyclable :



Tout aussi utile pour les petites bières, sodas ou jus de fruits, celui-ci signifie que l'acier utilisé dans la fabrication de la canette est recyclable. Ce matériau est recyclable à 100%, il faut cependant penser à le jeter dans la bonne poubelle !

Aluminium recyclable :

Entre le papier alu et les gourdes, il ne faut pas l'oublier. Recyclable lui aussi à 100%, il n'est cependant pas magnétique, rendant son tri plus difficile. Il faut donc l'apporter directement en centre de tri ou en déchetterie.



Plastiques :



PETE

Selon leur nature, les plastiques ne sont pas tous recyclés et/ou recyclables. Les PET (bouteilles et bidons transparents ou colorés) et les PEHD (bouteilles et bidons opaques), sont eux, recyclés quand ils sont triés correctement. Les plastiques tels que le PVC ou les sachets plastiques de supermarché (PEBD) coûtent trop cher à recycler. A toi de jouer en privilégiant les tote bags ou le fameux caddie de daron ! Si tu utilises des contenants type bouteilles ou bidons, veille à les jeter dans la bonne poubelle une fois usés 😊

Papiers et cartons recyclés :

Ce logo de l'Association des producteurs et utilisateurs de papier recyclé indique le pourcentage de fibres issues du recyclage utilisées pour la fabrication du produit (60%, 80%, ou 100%).



Ces deux logos te disent que le papier que tu utilises provient de forêts gérées durablement, et ça c'est top 🍷

sources :

<https://www.jedevienscolo.fr/comprendre-logos-recyclage/>



GUIDE DU TRI

TOURS 2020

Comment s'y retrouver face à tous nos déchets ?

Souvent différents les uns des autres et possédant chacun leur filière propre, nos déchets ont déjà causé à plus d'un du tracas. Alors pour toi qui te pose toujours cette question :

« Dans quelle poubelle dois-je mettre cet emballage, cette vieille ampoule ou mon ancien téléphone ? »

nous t'avons concocté un petit guide coloré à lire, retenir ou à afficher sur ton frigo pour t'aider à bien trier tes déchets.

A qui s'adresse ce guide ?

A tous ! Il est spécifique de la métropole tourangelle et plus particulièrement du quartier de la fac. Cependant, des ressources Internet sont disponibles à la fin du guide si tu te situes un peu plus loin.

Vers une réduction des déchets

Chacun a un rôle à jouer, à son échelle, pour faire face au défi climatique et écologique actuel. Alors n'oublie pas, trier ses déchets est essentiel, mais les réduire est encore mieux. En effet, chaque Français produit en moyenne 350 kg de déchets par an.

Quelques solutions du quotidien s'offrent à toi :

- Faire ses courses en vrac, un drive en vrac vient même d'ouvrir à Chambray et propose des livraisons à vélo (Le Drive du Bon Sens)
- Choisir des produits moins emballés ou avec un emballage recyclable
- Utiliser ses propres contenants et sacs
- Avoir une gourde, une tasse ou un gobelet (notamment pour la cafet')
- Utiliser le composteur de la faculté

COMPOST

EN LIBRE ACCES SUR LA TERRASSE DE LA FAC



DECHETS HUMIDES

Déchets compostables :

- Épluchures, fanes de légumes
- Fruits et légumes abîmés
- Certains restes de repas à base de légumes
- Fromage

Déchets à mettre en quantité limitée :

- Tonte de pelouse
- Pâtes, riz, pain

DECHETS SECS

Déchets compostables :

- Résidus de taille de végétaux
- Feuilles
- Papiers et cartons souillés par de la nourriture ou de l'eau
- Filtres papier
- Copeaux et sciure de bois
- Thé en sachets ou en vrac
- Coquilles d'œuf broyées
- Marc de café

Déchets à mettre en quantité limitée :

- Papier essuie-tout
- Papier journal

A EVITER

- Épluchures d'agrumes
- Huile végétale
- Viande et poisson
- Résidus de conifères
- Bois traité
- Textiles
- Litière du chat
- Cendres
- Herbes montées en graines

BAC JAUNE

EN VRAC ET SANS SAC



BRIQUES ALIMENTAIRES ET CARTONS



TOUS LES PAPIERS



BOUTEILLES ET FLACONS PLASTIQUES VIDES AVEC LES BOUCHONS



FILMS ET SACS PLASTIQUES

BOITES, AEROSOLS ET CANETTES METALLIQUES BIEN VIDES



QUELS SONT LES PLASTIQUES RECYCLABLES ?

ILS SONT IDENTIFIABLES GRACE AUX LOGOS SUIVANTS SUR L'EMBALLAGE



DECHETERIE

ACCESSIBLE GRATUITEMENT SUR
PRESENTATION DE CETTE CARTE,
REMISE SUR DEMANDE VIA LE SITE
www.tours-metropole.fr



DECHETERIE DE LA GRANGE DAVID
Rue des Montils - 37520 La Riche

Lundi	Fermée
Mardi au samedi	8:45 - 12:30 / 13:30 - 17:45
Dimanche	9:00 - 12:30



EMCOMBRANTS

Les GROS ENCOMBRANTS présentés sur la
voie publique :

- Mobilier
- Literie
- Electroménager



sont collectés sur RENDEZ-VOUS obtenu au
02 47 33 17 81 sous 15 jours.

Le poids de l'objet ne peut excéder 55 kg et
son volume doit être inférieur à 2 m².

Ne fais pas de dépôt sauvage, tu serais
passible d'une amende.

PAS ENVIE DE TE DEPLACER
JUSQU'À LA DECHETERIE ?



La plupart des grandes surfaces
disposent de bacs de tri comme
celui-ci à leur entrée.

Selon les enseignes, tu peux y
déposer :

- Piles
- Ampoules
- Néons
- Petits appareils électriques
- Cartouches d'encre
- Capsules Nespresso

GRANDES SURFACES

MEDICAMENTS & DM

MEDICAMENTS, AIGUILLES et DISPOSITIFS MEDICAUX sont collectés en PHARMACIE



En moyenne, la publicité représente 38 kg de déchets par an et par foyer. Coller une étiquette STOP PUB sur sa boîte aux lettres c'est déjà faire un geste pour l'environnement.



Au lieu de jeter tes objets tu peux les donner (Envie, Emmaüs, Active, Repair Café...) A côté de la fac se trouve aussi la Recyclerie La Charpentière (rue St François). Des sites Internet permettent de réparer, donner, troquer ou revendre ses objets (donnons.org, recupe.net, leboncoin.fr, Vinted, mytroc.fr...)



REDUIRE SES DECHETS

VERRE

BOUTEILLES, BOCAUX ET POTS EN VERRE

BIENS VIDES et SANS LES BOUCHONS

Attention aux faux-amis non recyclables comme le verre culinaire (vaisselle et plats transparents).



VETEMENTS, CHAUSSURES, MAROQUINERIE et LINGE DE MAISON

peuvent être déposés dans des SACS FERMES dans ces bornes présentes dans les DECHETERIES et sur les PARKINGS DE CERTAINS MAGASINS.



TEXTILES

+ D'INFOS

La métropole met à disposition des aides mémoires sur le tri des déchets avec des plans de quartiers :

- **Tours Centre et Sud**

https://tours-metropole.fr/sites/default/files/fiches_aide_memoire_tri_-_2020_-_tours_centre_sud-bd.pdf

- **La Riche**

https://tours-metropole.fr/sites/default/files/fiches_aide_memoire_tri_-_2020_-_la_riche-bd.pdf

- **Les autres**

<https://tours-metropole.fr/mes-poubelles-connaitre-les-jours-de-collecte-et-sinformer-sur-le-tri>

Un doute sur la destination d'un déchet ?

Le site consignedetri.fr te renseigne grâce à son moteur de recherche

Le SITCOM du Marsan met en ligne une documentation claire et détaillée dont des guides sur :

- **Le tri des déchets**

<https://www.sictomdumarsan.fr/Documentation/Les-guides-et-plaquettes/Guide-du-tri>

- **Le compostage**

<https://www.sictomdumarsan.fr/Reduisons-nos-dechets/Le-compostage/Les-consignes>



Auteurs

-

Raphaël Benmiloud

Gabriel Bonnaud

Marie Lehnen

Châu Nguyen

Floriane Samson

Marion Stock

Clémence Veclin

L'assolidaire
TOURANGELLE

