



# GUIDE DE L'

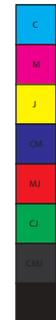
# EC



# CONSOMMATEUR



Communauté  
**Pays de Thelle**  
 Communes



# Sommaire



- p.3 Introduction
- p.4 Quand je fais mes courses
- p.6 Dans la maison
- ménage • intérieur
  - électro-ménager • eau, électricité
  - garde robe
- p.8 Pour le bricolage et le jardinage
- p.9 Au travail et à l' école
- p.10 Pour les vacances et festivités
- p.11 Eco-consommateur ou pas?
- p.13 Ma liste de courses
- p.15 Recettes de Grand-Mère  
Entretien de la maison
- p.17 Dans le jardin
- p.20 Les Eco-Labels



Poids d'une poubelle en 1960 :  
220 kg/an/habitant

Poids d'une poubelle en 2000 :  
450 kg/an/habitant

Poids d'une poubelle en 1980 :  
380 kg/an/habitant

Poids d'une poubelle en 2011 :  
550 kg/an/habitant

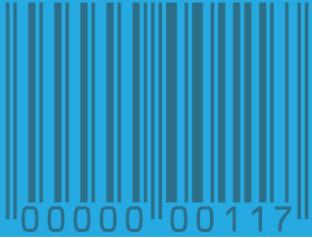
**GUIDE DE L'**  
**ÉCO**  
**CONSOMMATEUR**

Communauté  
**Pays de Thelle**  
Communes

**Communauté de communes**  
du Pays de Thelle

7, Avenue de l'Europe Tél. 03.44.26.99.50  
60530 - Neuilly en Thelle Fax. 03.44.26.99.77  
contact@paysdethelle.fr

# Introduction



*En 40 ans, nous avons doublé notre production de déchets pour arriver aujourd'hui à plus d'1 Kg/jour/habitant.*

*En France, nous battons chaque année notre record de production de déchets ménagers.*

## *Que deviennent nos déchets ?*

Tous les déchets que nous jetons dans la poubelle classique sont enfouis dans des centres de stockage. Les déchets que nous trions sont compostés ou recyclés

## *Pourquoi réduire nos déchets ?*

- Parce que si tous les terriens consommaient comme un Français, il faudrait 3 planètes pour satisfaire tous les besoins
- Parce que les déchets sont une source de pollution qui nuit à notre santé
- Parce que nos ressources s'épuisent
- Parce que les moyens d'élimination des déchets ont un coût économique et un impact sur l'environnement

## *Comment les réduire ?*

Tous les acteurs ont un rôle à jouer : les producteurs et les distributeurs dans l'éco-conception des produits et leur mise en valeur dans les rayons  
Les collectivités, les entreprises et les consommateurs dans leur choix d'achats, d'utilisation et d'élimination des produits

***Le déchet qui pollue le moins est celui qui n'est pas produit !***

Nous pouvons modifier nos choix pour contribuer à un développement durable en consommant moins et mieux

Le consommateur est un acteur central du cycle de consommation. **Agissons !**

Chacun d'entre nous peut adopter de nouvelles habitudes dans ses choix d'achat et ses comportements. C'est ce que nous allons découvrir grâce à ce guide





# Quand je fais mes courses

## Je choisis les produits qui génèrent moins de déchets :

- J'utilise un cabas réutilisable plutôt que des sacs de caisse jetables  
*Un sac de caisse jetable est fabriqué en 1 seconde, sert en moyenne 20 minutes et met plus de 400 ans à se dégrader naturellement*
- Je fais attention à la date limite de consommation des produits que j'achète
- J'évite les produits jetables (vaisselle, lingette, rasoir ...) pour des produits durables et réparables
- Je favorise les produits concentrés et les écorecharges et je pense à adapter la dose  
*1 savon de 250g, c'est 4 flacons de gel douche de 250 ml*
- Je n'achète que la quantité de produit qui m'est nécessaire  
*7% de produits non consommés se retrouvent directement dans nos poubelles et représentent 4% de leur poids !*
- Je choisis les produits en grand conditionnement et évite les uni-doses
- Je n'utilise des portions individuelles, sachets pré-dosés et mini-doses que lorsque c'est vraiment utile : pique-nique, randonnée ...

JE DRESSE MA LISTE DE COURSES AVANT DE PARTIR, CELA ME PERMET D'ÉVITER LES ACHATS COMPULSIFS ET LE GASPILLAGE. DE PLUS, JE GAGNE DU TEMPS DANS LE MAGASIN.





# Quand je fais mes courses

## *Je choisis les produits qui génèrent moins de déchets (suite) :*

- J'achète des produits sans suremballage  
*L'emballage représente de 20 à 60 % du prix d'achat du produit, 35% du volume et 30% du poids de nos poubelles*
- Je choisis des produits à la coupe ou en vrac
- Je n'achète pas de bouteilles d'eau, je bois l'eau du robinet  
*Boire l'eau en bouteille peut être une question de goût mais l'eau de robinet répond à nos besoins, coûte moins cher et ne crée pas de déchets*
- J'achète des produits emballés dans une matière recyclable, biodégradable ou recyclée



## *Je privilégie les aliments locaux :*

Lorsque j'achète un produit, je réfléchis à son mode de production, à son origine et aux kilomètres qu'il a parcouru avant d'arriver dans le magasin

- Je préfère la qualité à la quantité
- J'essaie d'acheter directement au producteur ou des produits issus de producteurs locaux
- Je privilégie les produits frais et de saison

# Dans la maison



**Beaucoup de produits ménagers sont nocifs pour l'eau, l'air, les milieux naturels et notre santé. Privilégions les produits plus respectueux de l'environnement et achetons-les ! Cela permet de renforcer la demande pour élargir l'offre !**

## Je fais le ménage

- Je choisis les produits rechargeables (lessive, adoucissant...)
- Je respecte les doses indiquées sur les emballages
- Je rebouche flacons, tubes et pots après utilisation, ils dureront plus longtemps
- Je préfère les produits les moins toxiques et éco-labellisés
- J'utilise des alternatives : le vinaigre blanc pour détartrer, le bicarbonate de soude pour récurer, l'alcool pour dégraisser, le jus de citron pour nettoyer et faire briller les cuivres ...

*cf. recettes de grand-mère p. 15*



## Je change d'intérieur

- Je pense à réparer mon objet ou le donner autour de moi ou aux associations ou aux entreprises de réinsertion avant de le jeter
- Je pense aux sites spécialisés dans la vente d'occasion
- J'apporte mes encombrants et mes D3E au Point Propre
- Je réutilise les piles en fin de vie pour les appareils peu énergivores (réveil, télécommande ...)
- Je choisis des appareils électriques sinon je préfère les batteries rechargeables aux piles jetables
- Je choisis des piles rechargeables nickel-métalhydrure (Ni-Mh) sans plomb ni mercure
- Je pense aux vides greniers, aux brocantes et aux recycleries pour la décoration ou petit mobilier
- Je favorise les produits mécaniques aux produits électriques



# Dans la maison



## Je m'équipe en appareils électro-ménagers

- J'évite le suréquipement. Je choisis les appareils dont j'ai réellement besoin
- Je me réfère à l'étiquette énergie et j'opte pour la classe énergétique A ou A+ (25% plus économique que A)
- Je choisis un ordinateur labellisé Energy Star qui a une consommation énergétique moindre



## Je réduis ma consommation d'eau et d'électricité

- Je débranche les veilles inutiles et utilise des prises multiples à interrupteur. J'économise ainsi 10% de ma consommation électrique
- Je remplace les ampoules à incandescence par des ampoules à économie d'énergie
- J'évite les halogènes qui consomment énormément
- Je prends une douche plutôt qu'un bain
- J'installe une chasse d'eau à double commande. Je peux aussi réduire le volume d'eau de mon réservoir en y plaçant une bouteille d'eau pleine
- J'installe des réducteurs de débit ou des aérateurs sur mes robinets



## Je trie ma garde-robe

- Je fais réparer au maximum mes vêtements et chaussures avant de m'en séparer
- S'ils peuvent encore servir, je donne mes vêtements à mes amis ou les dépose dans les points de collecte situés dans les Points-Propres, bornes ou directement aux associations (Emmaüs, Croix Rouge ...)
- Je me sers des vieux vêtements comme vêtement de jardinage, bricolage ou comme chiffons



# Au jardin et pour le bricolage



## Je bricole

- J'opte pour du bois certifié par un label garantissant l'exploitation durable des forêts (*labels FSC ou PEFC*)
- Je privilégie les peintures, vernis et colorants éco-labellisés qui sont à base de produits naturels ou sans produits chimiques
- Je préfère les essences locales (*Acacia, Noisetier, Chêne, Hêtre, Frêne, Peuplier*) aux essences exotiques.
- Je choisis des matériaux et du bois garantis sans colle ou solvant
- Je pense à la location, l'emprunt ou à l'achat groupé avec des amis ou voisins pour un outil que je n'utilise que rarement



**À LOUER**

## Je jardine



- Je fais du compost avec mes déchets de cuisine et de jardin  
*Il permet de renouveler le sol sans engrais chimique*
- Je limite ma consommation de produits phytosanitaires\* pour les remplacer par des techniques alternatives (*paillage, mulch, coccinelles ou savon noir dilué pour les pucerons, ail contre les mouches du chou et de la carotte...*)  
*cf. recettes de grand-mère p.17*
- Je récupère l'eau de pluie pour arroser le jardin
- J'évite les produits toxiques pour les nuisibles et opte pour des pièges biologiques  
*cf. recettes de grand-mère p. 17*
- J'opte pour des espèces à croissance lente générant moins de déchets verts : *oranger du Mexique, laurier-tin, houx, buis, if, arbousier Roselily Minlily, forsythia, seringat Manteau d'hermine...*

<http://www.rennes-metropole.fr/sortir/jardiner-c-est-facile/ete/eloge-de-lenteur-rennes-metropole.html>

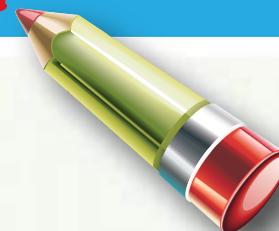
**GUIDE DE L'**  
**ECO**  
**CONSUMMATEUR**

\***Produits phytosanitaires** : produit chimique utilisé dans l'éradication des parasites des cultures (aussi appelés : pesticides, herbicides, fongicides ou insecticides)



# Au travail et à l'école

10/10



## *Je travaille ou vais à l'école*

### *Pour le papier*

Je n'imprime que ce qui est nécessaire

J'économise le papier en imprimant recto-verso et en utilisant le verso des feuilles comme brouillon

J'utilise de préférence du papier ou des cahiers à faible grammage qui utilisent moins de matière, d'énergie et qui produisent moins de déchets

Je préfère la messagerie électronique au courrier pour communiquer

### *Pour les fournitures*

J'utilise des stylos rechargeables

Je choisis un sac à dos solide pour qu'il dure longtemps

Je privilégie les fournitures éco-labellisées. J'opte pour les cahiers et feuilles en papier recyclé, la colle sans solvant, les feutres à base d'eau, les gommes sans PVC et les crayons de couleurs en bois naturel et non verni

A la fin de l'année, je récupère les fournitures scolaires en bon état ou inutilisées pour m'en resservir l'année suivante

### *À la pause*

J'utilise une gourde et boîte plastique pour la pause déjeuner ou la récréation

Je me sers de la tasse que j'ai achetée pour le bureau plutôt que des gobelets en plastique

### *Pour nettoyer les locaux*

J'opte pour des produits d'entretien labellisés ou pour des produits du commerce équitable

### *Et en priorité*

Je pense au covoiturage, bus, vélo ou déplacement à pied



# Pour les vacances et festivités



## Pour les vacances

- Je privilégie les destinations de proximité à l'étranger, cela me permet d'émettre moins de CO<sub>2</sub> en évitant le transport en avion
- Je choisis une structure d'accueil labellisée « Clef Verte » un hébergement touristique, camping ou hôtel qui respecte un cahier des charges plus respectueux de l'environnement
- Je privilégie le train pour mes déplacements
- Je vide mon réfrigérateur avant de partir
- J'évite les appareils photos jetables
- Je trie mes déchets en respectant les consignes locales
- En pique-nique, je privilégie la vaisselle réutilisable
- Je ne jette pas mes déchets dans la nature



## Pour les fêtes, Noël ou un anniversaire :

- **Je choisis de la vaisselle réutilisable** : en verre, porcelaine, inox, plastique dur, de camping ...
- J'exclus les nappes et serviettes en papier
- Je prévois la quantité d'aliments dont j'ai besoin
- **J'offre des cadeaux dématérialisés** : des cours (danse, musique, jardinage...), des places de concert, parcs d'attraction, des soins en institut de beauté, chèque cadeau ou enveloppe contenant de l'argent...
- **J'offre des cadeaux utiles ou faits « maison »** : plante dépolluante, appareil à énergie solaire, livre de travaux manuels, calendrier avec photo de famille ...
- **Si j'offre des cadeaux matériels**, je préfère les objets de qualité, réparables et durables ou des articles issus du commerce équitable et des objets sans piles





# Eco-consommateur ou pas?

## Comparaison entre le chariot mini déchets et le chariot maxi déchets

Selon l'Ademe, le chariot de référence génère en moyenne 83Kg de déchets par personne et par an

On constitue le **chariot mini déchets** en choisissant les produits qui réduisent leur impact en matière de déchets : **vrac, grand conditionnement...** Je suis la liste de courses p. 13

Au contraire, on constitue le **chariot maxi déchets** en choisissant les produits qui alourdissent leur impact en déchets : **produits sur-emballés, produits jetables...**

Par rapport au chariot de référence, le chariot mini déchets permet de réduire sa production de déchets de 33 Kg par personne et par an alors qu'au contraire, le chariot maxi déchets implique une hausse de 17 Kg par personne et par an

Côté coûts, entre le caddie mini et maxi déchets, le consommateur peut faire environ 500 euros d'économies par personne et par an



**CHARIOT  
MINI DÉCHETS**  
50 KG PAR PERSONNE  
ET PAR AN



**CHARIOT  
DE RÉFÉRENCE**  
83KG DE DÉCHETS  
D'EMBALLAGES PAR  
PERSONNE ET PAR AN



**CHARIOT  
MAXI DÉCHETS**  
100 KG PAR PERSONNE  
ET PAR AN

ENTRE LE MINI ET MAXI IL Y A **ENVIRON 500 EUROS**  
DE DIFFÉRENCE PAR PERSONNE ET PAR AN



# Etes-vous éco-consomm'acteur?



**Déterminez votre niveau d'éco-consommation,  
cochez les gestes que vous pratiquez.**

- Je fais ma liste de courses avant d'aller au magasin
- J'utilise un cabas, un sac réutilisable pour ramener les courses à la maison
- J'achète le café ou le thé en vrac ou en gros paquet
- J'opte pour de gros conditionnements pour les produits non périssables
- Je choisis des produits à la coupe pour la viande, la charcuterie et le fromage
- Je prends mes fruits et légumes en vrac
- Je presse mon jus de fruits ou l'achète en grande brique
- Je consomme l'eau du robinet
- J'utilise de la vaisselle réutilisable pour les pique-niques
- Je loue ou emprunte les outils dont je me sers rarement
- Je charge mes appareils électroniques sur secteur ou utilise des piles rechargeables
- J'évite les lingettes nettoyantes et j'utilise une éponge, tissus humides ainsi qu'une serpillère
- Je n'imprime que ce dont j'ai besoin et en recto-verso
- J'appose un Stop-Pub sur ma boîte aux lettres
- Je composte
- Je fais réparer mes chaussures chez le cordonnier
- Je donne ou revends les vêtements que je ne mets plus

**Je choisis de mieux consommer :**

*Je coche les 6 actions que je m'engage  
à faire cette année dans la liste ci-dessus*



**GUIDE DE L'**  
**ÉCO**  
**CONSOMMATEUR**



# Ma liste de courses

**Allégé en  
EMBALLAGE**



**0%**

## En résumé, ma liste de courses

### Avant d'acheter un produit, je me pose 3 questions :

1. De quelle quantité ai-je besoin ?
2. Ce produit existe-t-il en éco-recharge ou avec moins d'emballages ?
3. Ce produit me permet-il de faire un geste pour l'environnement : Est-il éco-labellisé ? Est-il éco-conçu ?

### Pour la maison, je choisis des produits :

1. Réutilisables : vaisselle durable, torchons et mouchoirs en tissu, gourde, boîte hermétique ...
2. Eco-labellisés : colle, vernis, peinture, produits ménagers ...
3. Rechargeables : adoucissant, pile, briquet ...
4. Concentrés : lessive, adoucissant ...
5. Vendus démontés : livrés à plat et à monter soi-même ...

### Pour la papèterie, je choisis des produits :

1. Eco-labellisés : papier, cahier ...
2. Rechargeables : stylos ...
3. Dont la composition réduit la nocivité des déchets : sans solvant, sans vernis...

### Pour l'habillement, je choisis des produits :

1. Réduisant la nocivité des déchets : lin, chanvre, coton biologique ...
2. Réduisant la quantité de déchets : vêtements de qualité

### Pour l'alimentation, je choisis des produits :

1. Rechargeables : café soluble...
2. Grand format pour les produits non périssables ou longue durée
3. Sans sur-emballages
4. En vrac

### Pour les loisirs et le jardinage, je choisis :

1. Des produits sans piles
2. Des jeux qui ne se démodent pas et qui s'adressent à toute la famille
3. Des cadeaux dématérialisés : place de ciné, place de concert, séance de massage ...
4. Des produits éco-labellisés : terreau ...
5. Un composteur de jardin et une citerne à eau pour récupérer l'eau de pluie

### Avant de jeter, je me pose 3 questions :

#### 1. Ce produit est-il réutilisable ? :

*Boîtes à chaussures pour le rangement des papiers, vieux draps comme chiffons, verso des feuilles comme brouillon ...*

#### 2. Ce produit est-il réparable ? :

*Je peux changer la pièce défectueuse, je le fais réparer ...*

#### 3. Ce produit peut-il être utile à quelqu'un d'autre ?

*Je le revends à la brocante, je le donne à une association caritative, je le donne à un ami ou un voisin ...*





# Quand je fais mes courses

## Nous connaissons

## Essayons



les cabas réutilisables



- 75% de déchets

les grands conditionnements ou avec moins d'emballages



- 80% de déchets

les rechargeables ou les concentrés



- 10% de déchets par an

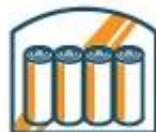
le frais, à la coupe ou en vrac



moins toxiques ou avec un éco-label



les matières naturelles, lavables ou réutilisables



les piles rechargeables



**+ 43 €**  
par personne  
par mois !

**- 26 kg**  
de déchets  
par personne  
par an !

Faire une liste des courses permet d'acheter selon ses besoins sans gaspiller !

Sources : Ademe 2009 / 2010



# Les recettes de Grand mère

## Entretien de la maison

### *Pour récurer :*

- Mélanger 20 gouttes d'huile essentielle bio d'Eucalyptus avec 25 cl d'eau et 50 cl de vinaigre d'alcool
- Utiliser de la Pierre d'Argent ou Pierre d'Argile
- Pour le four, mélanger  $\frac{1}{4}$  de verre de sel,  $\frac{1}{4}$  de verre de borax,  $\frac{1}{2}$  verre de bicarbonate de soude. Ajouter un peu d'eau jusqu'à obtenir une pâte. Laisser poser 1 à 2 heures. Enlever la pâte et finir de nettoyer avec du vinaigre blanc. Essuyer avec une éponge humide
- Remplir un flacon de bicarbonate de soude à moitié, y ajouter  $\frac{1}{5}$  à  $\frac{1}{4}$  de sel fin de cuisine, 1 cuillère à soupe de savon liquide, 15 à 20 gouttes d'huile essentielle. Remplir d'eau et agiter
- Saupoudrer la surface à récurer de bicarbonate de soude et frotter avec une éponge humide et un peu de liquide vaisselle

### *Pour préserver les meubles :*

- Pour raviver les meubles, mélanger 20 g de bicarbonate de soude dans 10 cl de vinaigre d'alcool et 50 cl d'eau
- Pour faire de la cire pour les meubles en bois, mélanger  $\frac{1}{2}$  verre d'huile d'olive, 1 cuillère à soupe de vinaigre blanc et 4 gouttes d'huile essentielle d'Eucalyptus
- Pour entretenir les meubles en bois, mélanger 5 cuillères à soupe de jus de citron ou de vinaigre, 5 cuillères à soupe d'huile d'olive et 15 gouttes d'huile essentielle de citron
- Pour dépoussiérer, mélanger à volumes égaux de l'eau et de la glycérine

### *Pour nettoyer le carrelage :*

- Mélanger 3 verres de vinaigre blanc, 20 gouttes d'huile essentielle de pin,  $\frac{1}{2}$  verre de savon noir dans votre eau chaude





# Les recettes de Grand mère

## Entretien de la maison



### *Pour désodoriser :*

- **Une pièce** : faire bouillir de l'eau vinaigrée et laisser la casserole découverte au milieu de la pièce au moins 1h
- **Le réfrigérateur, le four ou la poubelle** : saupoudrer du bicarbonate de soude sur 1 éponge puis rincer
- **Le réfrigérateur** : mélanger ¼ de verre de bicarbonate de soude, 1 verre d'eau, 4 gouttes d'huile essentielle d'Eucalyptus et 2 gouttes d'huile essentielle de citron
- **Le micro-ondes** : faire chauffer ½ citron dans un bol (attention de ne pas le faire brûler)

### *Pour détartrer :*

- **Pour la bouilloire, cafetière, fer à repasser** : faire bouillir ou passer de l'eau vinaigrée (moitié eau - moitié vinaigre blanc)
- **Laisser agir du vinaigre blanc ou vinaigre d'alcool pendant 15 minutes puis rincer**
- **Pour les toilettes** : mélanger ½ verre de vinaigre blanc, ½ verre de borax, ¼ de tasse de savon noir, 3 gouttes d'huile essentielle d'Eucalyptus et 3 gouttes d'huile essentielle de Tea Tree (arbre à thé). Laisser agir une nuit



### *Pour désinfecter les surfaces*

- **Mélanger 10 gouttes d'huile essentielle d'Eucalyptus dans 10 cl d'eau**
- **Mélanger 2 cuillères à soupe de bicarbonate de soude à 2 litres d'eau et mélanger**  
Y ajouter 1 cuillère à soupe de vinaigre blanc et 2 cuillères à soupe d'huile essentielle





# Les recettes de Grand mère Dans le jardin

*Pour lutter contre les insectes et les maladies :*

*Planter persil, ail, ciboulette, échalote, oignon ou calendula éloigne de nombreux insectes*

- **Moustiques en terrasse** : brûler du bois vert et des aromates (basilic, citronnelle)
- **Pucerons** : lavande, sauge ou ail près des rosiers  
Laisser macérer des orties dans de l'eau puis arroser vos plantes avec cette décoction
- **Sphinx de la tomate** : basilic à côté des pieds de tomate
- **Pucerons des haricots** : sarriette entre les rangs de haricots
- **Limaces et escargots** : sauge, romarin, thym, persil à proximité de vos plantations  
Faire un rempart avec des cendres de bois ou des coquilles d'œuf broyées  
Mettre un petit récipient rempli de bière
- **Doryphores** : planter des graines de ricin au bout de chaque allée  
Attention ces graines sont toxiques
- **Mouche de la carotte** : Étaler du marc de café entre vos rangs de carottes
- **Mildiou** : Transpercer vos pieds de tomate avec un fil de cuivre
- **Ver du poireau** : Planter des Œillets d'Inde
- **Fourmis** : faire macérer des mégots de cigarette dans de l'eau. Y tremper une corde ou ficelle et l'enrouler à 10-15 cm de hauteur autour de l'arbre  
La menthe repousse également les fourmis et donc les pucerons noirs
- **Taupes** : planter quelques pieds d'euphorbia lathyris à différents endroits du jardin  
Planter des bouteilles vides sans les bouchons dans le sol, le vent s'y engouffrant fera fuir les taupes

*Pour fabriquer un pesticide naturel :*

- **Pucerons et araignées rouges** : Mélanger 1 cuillère à soupe de savon noir liquide dans 1 litre d'eau et vaporiser
- **Différents insectes** : Mélanger 1 goutte d'huile de thym, 1 goutte d'huile de sauge, 1 goutte d'huile de lavande avec 1 cuillère à soupe d'alcool à 90° et 2,5L d'eau, vaporiser

*Pour désherber vos allées :*

Verser sur les mauvaises herbes l'eau de cuisson des pommes de terre ou des pâtes encore bouillante

**GUIDE DE L'**  
**ECO**  
**CONSOMMATEUR**

Plus d'infos  
dans notre  
guide compostage





# Les recettes de Grand mère Dans le jardin



## Fabriquer son engrais :

### Pour les plantes d'intérieur :

Pour les fortifier, y placer des cendres de cigarette ou de bois

Pour les nourrir en minéraux, arroser avec l'eau de cuisson refroidie des œufs durs ou des légumes

Faire mariner des orties dans l'eau d'arrosage. Cette recette sert également d'insecticide

Mettre dans la terre, un mélange de marc de café et de sucre en poudre

Mettre dans la terre, un mélange de sucre en poudre et de coquilles d'œufs broyées

### Pour l'extérieur :

Déposer des sachets de thé usagés au pied des arbres

Placer une peau de banane dans le trou avant d'y planter un arbuste

## Le compagnonnage entre les végétaux :

**Ciboulette** : se plante près des pommiers pour prévenir de la tavelure, de la gale et des chancres. Utilisée en infusion, elle permet de lutter contre le mildiou des groseilliers ou contre la rouille de la menthe

A pulvériser contre la tavelure et pour venir à bout de la gale des pommiers. On l'utilise aussi contre l'oïdium et l'anthracnose des groseilliers à maquereaux

**Ail** : planté aux pieds des pêchers pour protéger de la cloque (comme l'oignon). La poudre d'ail desséché protège les graines et jeunes pousses des oiseaux et des insectes

Conserver les minces épluchures de peau, les mettre dans de l'eau (de pluie de préférence) et laisser reposer durant 2 à 3 jours. Vous obtiendrez un insectifuge liquide très efficace à diluer dans 3 fois le même volume d'eau pure pour pulvériser très finement contre les parasites

**Les absinthes** : le purin\* est utilisé en pulvérisation en action préventive et curative contre les pucerons, les chenilles, les altises et les mollusques

\* faire fermenter 100g d'absinthe par litre d'eau pendant une semaine.





# Les recettes de Grand mère Dans le jardin



## Le compagnonnage entre les végétaux (suite) :

**Camomille** : l'infusion est efficace contre les maladies des jeunes plantes et limite le dessèchement en serre et châssis. Elle renforce également les plantes et permet de lutter contre les toutes premières attaques de **pucerons**

**Capucine** : efficace dans la lutte contre les **pucerons**. Plantée au pied des **pommiers**, elle prévient contre le puceron lanigère (dans ce cas on la laissera pousser autour du tronc). L'infusion de capucine est à pulvériser en cas d'infestation dans les serres, elle écarte les **Aleurodes**



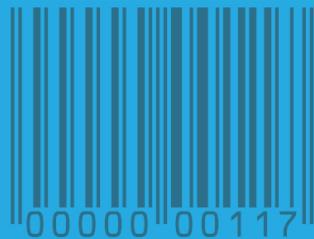
**Chardon et Fougère** : en mulch, ils protègent **des limaces et des escargots**, les deux plantes sont idéales autour des **fraisiers**

**Lavande** : **antimite** bien connu, la lavande a d'autres vertus insecticides. On l'utilise sous forme de purin ou de plante compagne pour lutter préventivement contre **les pucerons et les fourmis**



**Oeillets d'Inde (tagetes)** : famille de grande valeur pour repousser les insectes qui attaquent la partie aérienne des plantes mais aussi les parasites qui attaquent les racines. Ils possèdent une odeur acre et piquante que beaucoup d'insectes ne supportent pas : c'est un des meilleurs moyens d'écarter la "**mouche blanche**" (aleurode), **les pucerons** et les **altises**. Ils contiennent une substance dans les racines qui tue les **nématodes** qui attaquent les racines de beaucoup de plantes. Le grand tagetes africain (tagetes minuta) est utilisé contre le **chiendent** et les autres **mauvaises herbes** à racines riches en amidon

# Les Eco-Labels



**Les éco-labels français et européens certifient que les produits portent moins atteinte à l'environnement que les produits conventionnels.**



**Les labels de l'agriculture biologique français et européen garantissent des produits issus de culture et d'élevage non polluants, sans OGM, sans pesticide.**



**Le label commerce équitable assure une plus juste rémunération aux producteurs**



**L'anneau de Möbius signifie que le produit ou l'emballage est recyclable. Il le sera si les filières de collecte et de recyclage existent et si les consignes de tri sont respectées.**

**Avec un pourcentage à l'intérieur, il indique que le produit ou l'emballage contient des matériaux recyclés. Le pourcentage de matières recyclées contenues est indiqué par le chiffre**



**Le point vert indique que l'entreprise a versé une éco-tax à Eco-Emballages qui a pour mission d'aider la collectivité à la valorisation et au recyclage de tous ces emballages. Ce logo ne signifie en aucun cas que l'emballage est recyclable ou recyclé**

