

# Le confinement et la gestion de nos déchets

Au cours des dernières semaines, nos habitudes de vie ont complètement été bouleversées avec la COVID-19. Appeler à rester confinés chez soi, nous sommes maintenant confrontés à de nouvelles réalités et à de nouvelles routines. Ce nouveau mode de vie entraîne également un changement dans les déchets que nous produisons puisque nous passons l'entièreté de notre temps chez soi. Voici quelques conseils et outils pour mieux gérer vos déchets.

## 1. Maximiser l'utilisation des trois bacs

Depuis 2015, la municipalité offre à ces citoyens la collecte à 3 voies.



### Bac brun pour les matières organiques (compostage)

Pour adopter le bac brun si ce n'est pas déjà fait ou pour connaître quelques trucs et astuces [cliquez ici](#).

### Bac bleu pour les matières récupérables (recyclage)

Pour connaître les matières qui vont dans ce bac [cliquez ici](#).



### Bac noir pour les déchets domestiques (poubelle)

Votre volume de déchets est supposé être considérablement réduit si le bac brun et le bac bleu sont utilisé convenablement.

**Vous êtes en confinement avec toute la famille ? Saisissez cette occasion pour apprendre à vos enfants à bien trier ses déchets après un repas ou une collation.**



Découvrez l'application [Ça va où ?](#)

Un outil de recherche indispensable dans le tri des matières résiduelles !

## 2. Éviter le gaspillage alimentaire

### Dresser l'inventaire de votre garde-manger, réfrigérateur et congélateur

Le printemps est arrivé et cette saison est également synonyme d'un grand ménage ! C'est l'occasion de le faire dans votre garde-manger, réfrigérateur et congélateur. Regardez les aliments que vous avez et mettez à l'avant de vos tablettes les aliments qui devront être passés éventuellement. Vous pourrez ensuite planifier vos repas de la semaine en fonction de ces aliments.



### Planifier vos repas et votre épicerie

Les épiceries sont considérées comme un service essentiel, toutefois, il est préférable de réduire nos visites chez l'épicier.

Voici quelques conseils :

- ⇒ **Planifier** vos repas de la semaine avant de partir à l'épicerie et en fonction des aliments qui arrivent à péremption;
- ⇒ **Télécharger l'application FoodHero** pour avoir accès à des aliments bien frais en surplus qui approchent leur date de péremption et doivent être écoulés chez les marchands;
- ⇒ Dresser une **liste d'épicerie** afin d'éviter des achats inutiles;
- ⇒ Opter pour des aliments de plus **longue conservation**;
  - Cannage (légumineuse, fruits, légumes)
  - Légumes racines et d'hiver (carotte, courge, pommes de terre, navet, etc.)
  - Légumes et fruits congelés (en plus, plusieurs proviennent du Québec)
  - Céréales, riz et pâtes alimentaires



**En cette période qui touche durement l'économie québécoise, privilégions les produits et les commerces d'ici !**

- ⇒ Rechercher les produits avec le logo *Aliments du Québec* ou *Produits d'ici*.
- ⇒ Aimez la page Facebook **Achat local à Saint-Alphonse-Rodriguez** pour vous tenir informer des informations et nouveautés des entreprises et commerces locaux.
- ⇒ Découvrez **Le panier bleu** afin de faire rouler l'économie d'ici.



## 2. Éviter le gaspillage alimentaire (suite)





### Sauver vos aliments

Au retour de l'épicerie, prenez le temps de faire une rotation de vos aliments, si ce n'est pas déjà fait. Pour vos fruits et légumes, pensez à les ranger au bon endroit (température pièce ou réfrigérateur) et dans un emballage qui convient.

Lors de la rotation, vous découvrez quelques fruits et légumes oubliés ? Vous avez des feuilles de radis ou de carottes et vous avez l'habitude de les mettre au compost ? Sachez qu'il existe plusieurs façons de transformer ces fruits et légumes ou de consommer toutes les parties de ces aliments.



### Liens pertinents

- ⇒ Sauve ta bouffe 
- ⇒ Pour tout connaître sur l'entreposage et la conservation des aliments 
- ⇒ Meilleur avant, bon après ? 
- ⇒ La conservation alimentaire expliquée simplement 

## 3. Inspirez-vous

Plusieurs chefs cuisiniers et adeptes de la cuisine zéro gaspillage se sont adaptés à la situation que nous vivons en publiant des vidéos, des articles ou des recettes sur Facebook et sur leur site internet. C'est l'occasion de passer plus de temps dans la cuisine et de trouver des alternatives à vos recettes en utilisant des ingrédients que vous avez déjà à la maison.

Prenez-y plaisir et prenez le temps de contacter vos proches afin de partager vos recettes coup de cœur ou pour mettre la main sur des recettes que vous tenter d'obtenir depuis toujours !

Voici quelques liens pour vous donner des idées :

- ⇒ Experte en cuisine zéro gaspillage, [Chic frigo sans fric](#)
- ⇒ Trucs, astuces et recettes pour réduire le gaspillage alimentaire par [À vos frigos](#)
- ⇒ Un dossier spécial COVID-19 par [Savourer](#)
- ⇒ Des chroniques et recettes inspirantes par [Ricardo](#)

Et plusieurs autres à découvrir !