

« Sois le changement que tu veux pour le monde » Gandhi

## A Avon et à Samois-sur-Seine, le vert arrive dans les assiettes !

Dans "L'EDITO DES MENUS" de septembre dernier, nous vous annoncions réfléchir à l'introduction d'une part significative de produits BIO dans les cantines. 4 mois plus tard, c'est chose FAITE ! Dans le cadre du renouvellement du marché de restauration scolaire, la municipalité a souhaité introduire une part importante de produits issus de l'agriculture biologique dans les repas servis à vos enfants, dans les écoles et au centre de loisir. 4 options ont été étudiées : pain, pain + fruit, pain + fruit + légumes ou 20% de bio à chaque repas. A l'issue de la consultation, la commission d'appels d'offre a retenu le prestataire API RESTAURATION qui satisfait le mieux les objectifs avec une excellente qualité gustative et sans surcoût par rapport à la situation existante. A partir du 05/01/2015 se sera donc : PAIN, LEGUMES et FRUITS BIO tous les jours pour les petits Avonnais. Les menus seront co-signés par Le Maire d'Avon et le Maire de Samois. En effet, les deux communes ont procédé à un appel d'offre en groupement de commande. Saluons cette double innovation !

FRUIT

AVANT

1 fruit bio par semaine

LEGU LEGUMES  
MES FRUIT  
AIN PAIN FRUIT PAIN  
PAIN LEGUMES FRUIT PAIN  
PAIN FRUIT  
FRUIT LEGUMES

APRES

pain, légumes et fruit bio tous les jours soit 12 produits BIO / semaine

## Dossier spécial {REDUIRE NOS DECHETS, C'EST ENCORE POSSIBLE ?}

Le meilleur déchet est celui qu'on ne produit pas, c'est pourquoi « la **prévention** est au sommet des priorités des politiques de gestion des déchets. Elle présente un fort enjeu en permettant de réduire les impacts environnementaux et les coûts liés à la gestion des déchets, mais également [...] à l'extraction des ressources naturelles, à la production des biens et des services, à leur distribution et à leur utilisation. » [REF1] L'affichage « **STOP PUB** » sur les boîtes aux lettres (autocollant disponible à la mairie) et la **disparition progressive des sacs gratuits en caisse** en sont deux actions emblématiques.

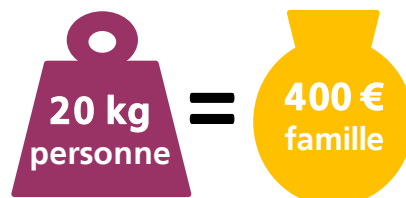
Le programme national de prévention des déchets 2014-2020 fixe notamment pour cible une **diminution de 7% des déchets ménagers et assimilés (DMA) par habitant en 2020 par rapport à 2010**. Il s'agit des déchets collectés par les collectivités territoriales.

A Avon, comme dans trois des quatre autres villes membres de la communauté de communes du Pays de Fontainebleau (Bourron-Marlotte, Fontainebleau et Samois-sur-Seine), c'est le SMICTOM qui assure la collecte. Ensuite, le SMITOM-LOMBRIC se charge du traitement.

### Le savez-vous ?



2014 était l'année européenne de lutte contre le gaspillage alimentaire. L'objectif est de le diviser par deux en Europe d'ici 2025.

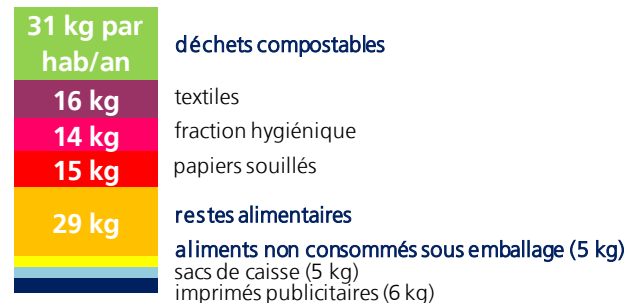


En France, selon l'ADEME, « le gaspillage alimentaire représente 400 € par famille et par an ou encore 20 kg par personne et par an dont un tiers des produits jetés encore emballés ! Alors qu'attendons-nous pour gaspiller moins et économiser plus ? » [REF2]

### Mais qu'y-a-t'il dans nos poubelles ?

Au début de l'été 2014, une campagne d'analyse des ordures ménagères résiduelles (OMR) a été menée afin d'évaluer les axes d'amélioration en termes de tri et de réduction des déchets. [REF3] Pour l'ensemble des communautés de communes adhérant au SMITOM-LOMBRIC, les résultats montrent que des progrès ont été accomplis depuis 2012 mais qu'il est encore possible d'agir. En effet, **42% de la poubelle OMR pourraient être évités**. Cela correspond à 121 kg par habitant et par an, soit plus de 1 700 tonnes par an pour une ville de la taille d'Avon. Avec un coût de traitement de 73.15 € hors taxes par tonne, les économies potentielles sont de l'ordre de 128 000 € par an. Donc réduire nos déchets, c'est une évidence ! Les principaux leviers sont :

- le **gaspillage alimentaire** (34 kg) qui est très supérieur à la moyenne nationale (20 kg)
- le gisement de **déchets qui auraient pu être compostés** (31 kg)



REPARTITION DE LA PART THEORIQUEMENT EVITABLE

### La Disco Soupe !

Lancé en mars 2012, **Disco Soupe est un mouvement populaire de sensibilisation contre le gaspillage alimentaire** dont l'action principale est l'organisation d'évènements. Ce sont des sessions collectives et ouvertes de cuisine de fruits et légumes, rebuts ou invendus, mais encore consommables, dans une ambiance musicale et festive. Les soupes, salades, jus de fruits ou smoothies ainsi confectionnés sont ensuite distribués à tous, gratuitement ou à prix libre. Les Disco Soupes permettent aussi l'éducation à une alimentation saine et goûteuse, la (re)découverte du plaisir de cuisiner ensemble, la création de zones de convivialité non-marchandes éphémères dans l'espace public.

Le 22 novembre dernier, le marché du Viel Avon a accueilli sa 1<sup>ère</sup> disco soupe, sous un soleil encourageant ! La veille, une cinquantaine de kilos d'agrumes invendus avaient été glanés au marché de Fontainebleau ou dans des magasins participatifs (Biocoop, Dia...), ainsi que du pain et quelques fromages. Ce qui a permis de préparer environ 150 repas complets dont le surplus a été offert au 115. Quant aux volontaires, ils partirent une quinzaine ; et, par un prompt renfort, arrivèrent à une quarantaine de paires de mains épluchant, découpant et touillant ! Un bel exemple de solidarité, un beau message contre le gaspillage au sens large avec la présence du SMICTOM qui a prêté de la vaisselle achetée à Emmaüs. Merci à tous : cette réussite est la votre.



### L'éco-geste du mois

La liste de courses : elle permet acheter le nécessaire avant le superflu ! Je regarde d'abord ce qu'il me reste et j'évalue ensuite ce dont j'ai besoin pour compléter.

Plus de conseils et d'astuces dans la lettre d'information n°15 du SMICTOM [REF4]

Manger selon ses besoins  
Faire la cuisine en fonction des cantines  
(goûts et quantités)

Manger local

MANGER LES FRUITS ET LEGUMES DE SAISON

Et pour vous,  
MANGER RESPONSABLE  
C'est quoi ?

**Et que faire des irréductibles déchets organiques** comme les épluchures de légumes, les coquilles d'œufs ou le marc de café ? Lorsqu'ils sont jetés à la poubelle (marron) avec les ordures ménagères résiduelles, ils sont acheminés à Vaux-le-Pénil près de Melun. Là, ils sont incinérés dans l'unité de valorisation énergétique (UVE) du SMICTOM-LOMBRIC. L'UVE est un système de cogénération qui produit simultanément de la chaleur et de l'électricité. Cependant, transporter puis brûler ces matières organiques – qui contiennent jusqu'à 80% d'eau – n'est vraiment pas efficace. C'est pourquoi la ville d'Avon, en partenariat avec le SMICTOM, souhaite faciliter l'installation de composteurs pour valoriser ces bio-déchets localement. Et il n'est pas indispensable d'avoir un jardin !

Le **compostage en bac partagé** peut se mettre en place à l'échelle d'un quartier ou d'un immeuble et le **lombricompostage** peut se pratiquer sur un balcon, dans une cave ou même un petit coin de la cuisine : à chacun sa technique.

Faites-vous connaître au **0 800 133 895** (numéro vert gratuit d'un poste fixe) pour bénéficier d'un accompagnement du SMICTOM : conseils pratiques et fourniture de bacs à compost à des conditions avantageuses. Profitez-en maintenant : c'est moitié prix pour les particuliers et gratuit pour les copropriétés. En plus, la livraison et le montage sont offerts. C'est facile, on vous guide !

**Avec ou sans vers Eisenia, là est la question...**

Dans le compostage en tas, la dégradation des bio-déchets est réalisée par des bactéries qui ont besoin de dioxygène, naturellement présent dans l'air. C'est pourquoi, il faut aérer le compost en le brassant environ une fois par trimestre. Au contraire, dans le lombricompostage, la décomposition est réalisée par des vers de type Eisenia de 5 cm de long ; et il ne faut surtout pas les déranger. Voici un petit comparatif pour vous aider à choisir :

	COMPOSTAGE EN BAC	LOMBRICOMPOSTAGE
Encombrement	plusieurs mètres carrés	très faible
Durée de la transformation	entre 6 et 12 mois	3 semaines à 18°C
Matières à ajouter	du "brun" (bois broyé, grand volume de carton...) et de l'eau (arroser)	appoint éventuel de bouts de papier et de carton
Produit(s)	compost mûr à tamiser car il reste des morceaux de bois	liquide riche en nutriments (à diluer dans 10 fois son volume d'eau) pour nourrir les plantes en pot & compost prêt à l'emploi

**Le coin des enfants**

*Question : d'où vient le mot « poubelle » ?*  
*Activité : Imagine la poubelle du futur et envoie ton dessin à la mairie en indiquant au dos tes nom, prénom et âge.*  
 Un dessin sera publié dans le prochain numéro du journal. Alors, vite à tes crayons et tes pinceaux !



**Les trucs & astuces : Bien débiter le compostage.....**

Retrouvez toutes les vidéos ludiques sur le site du SMICTOM



Compost jeune



Compost mi-mûr

**Quel emplacement choisir ?**

Il faut prendre un peu de temps, l'emplacement est primordial. Techniquement, il ne doit pas être trop au soleil ni à l'humidité. Vous allez être amené à aller souvent à votre composteur, au moins une fois par semaine pour y apporter vos restes de cuisine et à peu près à chaque fois que vous jardinerez. Il faut donc qu'il soit assez près de votre logement. Ne vous en faites pas, votre compost, qui sera bien fait, ne dégagera pas d'odeurs désagréables.

**Comment démarrer sans difficulté ?**

Le compost est vivant, il a donc besoin d'oxygène pour vivre. Une fois votre composteur installé, faites un petit lit de matières structurantes de quelques branchages par exemple, sur 5 à 10 centimètres. Et c'est parti ! La clé du succès est d'apporter autant de matières humides que de matières sèches, de matières molles que de matières dures, de matières « vertes » que de matières « brunes ». Enfin, il est possible d'apporter des matières riches en azote telles que les orties afin d'accélérer le démarrage.

**Concrètement, que puis-je mettre dans mon composteur ?**

**De la cuisine :** Les restes de fruits et légumes, de viande, de laitage, de pain, les coquilles d'œuf, le marc de café et son filtre en papier... Mais si vous apportez des restes d'origine animale, il faut le faire en petite quantité, pour des raisons d'hygiène et il faudra prendre soin de les enterrer au centre du tas afin de ne pas attirer les rongeurs.

**Des espaces verts :** Tontes de gazon, feuilles, fleurs fanées, herbes non sollicités, petits branchages... Si vous avez une trop grande quantité de branchages, vous pouvez les broyer avant de les intégrer au compost. Et attention, les tontes de gazon sont très « vertes », pensez à bien les mélanger avec de la matière « brune », structurante ou à les faire sécher un ou deux jours au soleil.

**Comment savoir si mon compost n'est pas trop sec ou trop humide ?**

Il suffit de faire le test de la poignée : prenez une poignée de votre compost dans une main et pressez légèrement. S'il est bien équilibré, le compost doit perler mais ne pas suinter.



**Pour aller plus loin**

**Sur Internet**

- [REF1] [www.developpement-durable.gouv.fr](http://www.developpement-durable.gouv.fr)
- [REF2] [www.alimentation.gouv.fr/gaspillage-alimentaire-campagne](http://www.alimentation.gouv.fr/gaspillage-alimentaire-campagne)
- [REF3] [www.lombric.com](http://www.lombric.com)
- [REF4] [www.smictom-regionfontainebleau.fr](http://www.smictom-regionfontainebleau.fr)

**A lire à la Bibliothèque municipale d'Avon [renseignements au 01 60 74 59 30]**

- Consommer moins, consommer mieux / Serge Sapin & Jean-Marie Pelt – éd. Autrement (2009)
- Vers la sobriété heureuse / Pierre Rabhi – éd. Actes Sud (2010)
- Compost en dix leçons / Alain Delavie – éd. Rustica (2012)
- Composts, engrais et traitements bio / Victor Renaud – éd. Rustica (2009)
- Le grand livre pour sauver la planète / Brigitte Bègue & Anne-Marie Thomazeau – éd. Rue du Monde (2009)\*
- L'encyclo vert / Véronique Corgibet – éd. Casterman (2007)\*

\*section jeunesse

Réponse à la question : en 1883, le préfet de la Seine – Eugène Poubelle – a obligé les propriétaires d'immeubles à mettre à disposition de leurs locataires des récipients communs pour collecter les déchets ménagers.