

## Vous avez dit Zéro déchet ?

Le principe du Zéro Déchet repose sur une idée pleine de sens : le meilleur déchet est celui qu'on ne produit pas. Bien sûr le zéro déchet doit être perçu comme un idéal. « Mieux consommer, moins gaspiller, réparer, réutiliser, trier, composter ». Ces petits gestes et actions, en plus de réduire le poids de la poubelle, peuvent avoir un vrai impact sur le budget de la famille.



... Entrez dans la démarche !

Saumur Agglopropreté est l'opérateur de la Communauté d'Agglomération Saumur Val de Loire pour la gestion des déchets. Conformément au Contrat d'Obligation de Service Public (COSP) convenu pour la période 2014-2019, Saumur Agglopropreté intervient sur 25 communes du territoire, la ville de Saumur et les cantons de Saumur Sud et Montreuil-Bellay, soit 49 984 habitants.

Testez, essayez et adaptez ces astuces selon vos besoins et votre mode de vie. Pour changer ses habitudes, il est essentiel d'aller à son rythme sans se frustrer. Avant tout, faites-vous plaisir dans cette démarche du zéro déchet.

Vous souhaitez d'autres astuces ou nous faire partager vos idées, n'hésitez pas à nous contacter !

### Saumur Agglopropreté

201, boulevard Jean Moulin  
49400 SAUMUR

02 41 50 44 67  
accueil@agglopropre49.fr  
www.agglopropre49.fr



Rejoignez-nous !

SAUMUR  
agglopropreté



## La cuisine



## Des courses Zéro déchet

Pour commencer vers une transition « Zéro déchet » dans sa cuisine, il est essentiel de se constituer un kit pour faire ses courses :

- ✓ **Un cabas**
- ✓ **Quelques sacs à vrac**
- ✓ **Des bocaux ou boîtes adaptés aux achats et au contact alimentaire**

En effet, de nombreux commerçants sur l'Agglomération de Saumur font partie de la démarche « Commerces Zéro déchet ». Cela signifie qu'ils acceptent les contenants (boîtes, bocaux, sacs, bouteilles...) de leurs clients.



Ils sont référencés sur notre site Internet et sont identifiables par ce logo apposé sur leurs vitrines.



CARTE DES  
COMMERÇANTS  
SAUMUROI  
PARTICIPANTS



## Quelques astuces

- Prévoyez des menus pour la semaine avant de faire vos courses.
- Pensez à la congélation, si vous cuisinez en trop grande quantité.
- Buvez l'eau du robinet. Si vous trouvez qu'elle a un goût, placez-la dans un pichet au réfrigérateur.
- Utilisez des Bee wraps pour remplacer le film alimentaire.
- Mettez vos épluchures au compost.
- Ne confondez pas *Date Limite de Consommation* (DLC) qui s'applique à des denrées rapidement périssables qui doivent être consommées avant cette date et *Date de Durabilité Minimale* (DDM) qui s'applique à des produits qui peuvent sans danger être consommés après cette date.

## Repas à l'extérieur

En pique-nique ou sur votre lieu de travail, Pensez à votre gourde, vos couverts et une serviette en tissu pour limiter les déchets. Pour votre déjeuner, pensez à l'emballer dans une boîte réutilisable ou emballez votre sandwich dans un linge propre.

## Recette anti-gaspi



### PAIN PAS PERDU

- 1 baguette réduite en morceaux
- 1L de lait
- 80g de sucre en poudre
- 40g de chocolat en poudre
- 2 œufs

Disposez les morceaux de pain dur dans un bol. Faites chauffer le lait et versez-le sur le pain. Remuez bien. Ajoutez les œufs, le sucre et le chocolat. Mélangez bien. Mettez le mélange dans un moule beurré. Faites cuire à 180°C pendant 45 min.

### Bonnes découvertes !

→ Les recettes et astuces mentionnées dans cette brochure résultent de la compilation d'information en provenance de plusieurs sources. Elles vous sont proposées à des fins informatives, sans promesse, garantie ou condition explicite ou implicite.

→ Saumur Agglopropreté décline toute responsabilité quant aux dommages pouvant résulter de l'usage des recettes et astuces présentées.