LE PETIT GUIDE DU

DÉMÉNAGEMENT ÉCORESPONSABLE !

RECYC-QUÉBEC
Québec

C'EST PARTI !

RECYC-QUÉBEC vous accompagne tout au long de votre déménagement. Notre guide pratique et simple d'utilisation vous aidera à aborder cette transition, tout en adoptant des gestes durables. Découvrez dès maintenant nos conseils et astuces pour un déménagement écoresponsable, quelle que soit la saison !

LE SAVIEZ-VOUS ?

30 %

des personnes qui déménagent ne se sentent pas suffisamment outillées pour trier correctement leurs matières résiduelles[1].

1. Source : RECYC-QUÉBEC

DÉMÉNAGEMENT VERT : AVANT, PENDANT ET APRÈS

Comment mieux vous préparer pour le jour J ? Que votre objectif soit de réduire votre empreinte écologique, de minimiser les déchets ou d'adopter de bonnes pratiques, nous avons compilé des astuces pour vous soutenir à chaque étape du processus. C'est parti !

AVANT

- Faites le tri de vos biens.
- Préparez-vous en avance afin de revendre ou de donner vos objets en bon état.
- Évaluez vos besoins en matière d'emballage.
- Privilégiez les cartons réutilisables, les couvertures, les draps et les serviettes.
- Pour les boîtes de carton, demandez-en à votre supermarché, dépanneur ou pharmacie de quartier.
- Pensez à la location d'un grand camion afin d'éviter de multiplier les voyages. Et si vous déménagez à moins d'une dizaine de kilomètres de chez vous, certaines compagnies proposent des services de déménagement à vélo.

PENDANT

- N'oubliez pas d'utiliser des bouteilles réutilisables pour garder tout le monde bien hydraté !
- Préparez des lunchs zéro gaspillage avec vos « touskis » pour ne pas perdre la nourriture de votre frigo.
- Remplissez votre glacière et utilisez de la vaisselle réutilisable.
- Placez les bacs ou les sacs de tri de manière visible et accessible pour optimiser le tri tout au long de la journée.

APRÈS

- Réutilisez vos vieux journaux d'emballage, linges à vaisselle ou guenilles pour recouvrir le plancher lors de vos séances de peinture.
- Renseignez-vous sur les services de collecte de résidus alimentaires, de récupération et de déchets dans votre nouvelle ville ou quartier.
- Explorez votre nouveau quartier pour découvrir les groupes de partage et de don.
- Veillez à rapporter les canettes et les bouteilles consignées.
- Placez les boîtes de déménagement pliées dans votre bac de récupération ou offrez-les à d'autres personnes.
- Reposez-vous et fêtez ça !

RECYC-QUÉBEC
Québec

DÉPARTISSEZ-VOUS DE VOS OBJETS DE LA BONNE FAÇON

Vous préparez probablement votre déménagement et sélectionnez ce qui vous accompagnera dans votre nouveau logis. À cette étape, il est important de se souvenir de la hiérarchie des 3RV : réduction à la source, réemploi, recyclage et valorisation des objets selon leur état. Cette approche permet de gérer les matières résiduelles de manière optimale.

Mais que faire des choses abîmées ou hors d'usage ? Voici un aide-mémoire qui vous indique comment vous départir de vos objets de manière responsable.

LÉGENDE

- Bac de récupération
- Bac brun
- Écocentre
- Organisation de réemploi
- Point de dépôt
- Collecte spéciale
- Poubelle

PETITS ÉLECTROMÉNAGERS

S'ILS SONT TOUJOURS FONCTIONNELS
Déposez-les à un centre de dons.

S'ILS NE FONCTIONNENT PLUS DU TOUT
Consultez l'application *Ça va où ?* pour connaître les points de dépôt ou pour savoir comment vous en départir.

VÊTEMENTS

S'ILS SONT ENCORE EN BON ÉTAT
Offrez-les ou déposez-les à un centre de dons.

S'ILS SONT EN MAUVAIS ÉTAT
Ne les mettez pas au bac de recyclage.
Allez plutôt les porter à un écocentre près de chez vous ou faites-en des guenilles pour le ménage.

APPAREILS MÉNAGERS ET CLIMATISEURS

S'ILS SONT TOUJOURS FONCTIONNELS
Utilisez les petites annonces pour vous en départir ou offrez-les à un centre de dons de votre localité.

S'ILS NE FONCTIONNENT PLUS DU TOUT
Consultez le site de GoRecycle pour trouver le point de dépôt le plus proche. Vérifiez auprès de votre municipalité si la collecte des déchets encombrants est offerte.

Les halocarbures contenus dans les appareils réfrigérants sont d'importants gaz à effet de serre qui contribuent aux changements climatiques.

HABILLAGE DE FENÊTRES

S'ILS SONT ENCORE EN BON ÉTAT
Déposez-les à un centre de dons.

S'ILS SONT EN MAUVAIS ÉTAT
Veuillez les apporter à l'écocentre de votre quartier.

TRUCS ET CONSEILS :

Pour connaître les points de dépôt les plus proches de chez vous ou pour savoir comment vous départir des objets dont vous ne voulez plus, téléchargez notre application mobile *Ça va où ?*

MEUBLES

S'ILS SONT ENCORE EN BON ÉTAT

Vendez-les ou donnez-les en profitant des petites annonces ou déposez-les à un centre de dons.

S'ILS SONT EN MAUVAIS ÉTAT

Vérifiez auprès de votre municipalité pour connaître la date de collecte des déchets encombrants.

PEINTURE

SI ELLE PEUT ENCORE ÊTRE UTILISÉE

Conservez-la dans un endroit sec et frais, et inscrivez la date d'ouverture du pot de peinture sur le couvercle.

SI ELLE NE PEUT PLUS ÊTRE UTILISÉE

La Société québécoise de gestion écologique de la peinture (Eco-Peinture) est l'organisme de gestion reconnu par RECYC-QUÉBEC pour la récupération et la valorisation de la peinture. Consultez cette page pour trouver un point de dépôt près de chez vous.

VAISSELLE CASSÉE

Déposez-la dans le sac à ordures.

Les verres à boire ne sont pas composés du même type de verre que les pots de cornichons et ne sont pas recyclables.

BOÎTES EN CARTON

SI ELLES SONT ENCORE EN BON ÉTAT

Offrez-les à vos proches qui sont aussi en plein déménagement.

SI ELLES SONT EN MAUVAIS ÉTAT

Placez les boîtes pliées dans votre bac de récupération.

SI VOUS COMMANDEZ DE LA PIZZA LORS DE VOTRE DÉMÉNAGEMENT

Déposez le **carton souillé et gras** dans le bac de compostage et le **carton non souillé** dans le bac de récupération.

MIEUX ENCORE !

- Vous pouvez également opter pour des contenants réutilisables, comme des bacs en plastique. Plusieurs entreprises québécoises proposent la location de ces boîtes de déménagement.
- Découvrez aussi les réseaux de partage et de dons qui animent votre quartier.

DÉPARTISSEZ-VOUS DE VOS OBJETS DE LA BONNE FAÇON

Cabanon, garage, remise :
triez avant de tourner la page !

Il suffit d'ouvrir ces portes pour tomber sur des objets oubliés ou hors d'usage. Profitez-en pour vous en départir de façon écoresponsable, en les déposant aux bons endroits.

LÉGENDE

- Bac de récupération
- Bac brun
- Écocentre
- Organisation de réemploi
- Point de dépôt
- Collecte spéciale
- Poubelle

PILES ET BATTERIES

Jamais à la poubelle ni dans le bac de récupération, elles peuvent provoquer des étincelles, voire un incendie. Déposez-les plutôt dans les points de dépôt du programme Appel à recycler, disponibles dans plusieurs pharmacies, épiceries et magasins d'électronique.

AMPOULES ET TUBES FLUORESCENTS

Déposez-les dans l'un des points de dépôt de RecycFluo.

HUILES USÉES, FILTRES ET CONTENANTS D'HUILE

Rapportez-les dans un point de dépôt participant au programme de la SOGHU.

PNEUS

S'ILS SONT ENCORE EN BON ÉTAT

Rangez-les à l'abri de la lumière, dans un endroit frais et sec.

S'ILS SONT HORS D'USAGE

Rapportez-les chez un garagiste, un détaillant, un concessionnaire ou à l'écocentre.

PRODUITS ÉLECTRONIQUES

S'ILS SONT ENCORE EN BON ÉTAT

Téléviseurs, ordinateurs, téléphones : donnez-les à un organisme de réemploi ou retournez-les chez le fabricant.

S'ILS SONT EN MAUVAIS ÉTAT

Consultez le site de Recycler mes électroniques pour trouver le point de dépôt le plus proche.

PROPRE CHEZ VOUS, DOUX POUR LA PLANÈTE

Déménager, c'est l'occasion rêvée de faire le grand ménage du sous-sol au grenier. Réduire, réutiliser, donner, récupérer, composter : des gestes simples qui font du bien à la planète !

Pour des astuces supplémentaires, jetez un œil au guide de l'ADEME !

3 ASTUCES POUR UN MÉNAGE ÉCORESPONSABLE

1 FAITES VOS PRODUITS MÉNAGERS MAISON

Fini les produits chimiques ! Voici vos alliés naturels :

- **Bicarbonate de soude :** nettoie, débouche, désodorise.
- **Vinaigre blanc dilué :** détartre, nettoie, désinfecte.
- **Savon noir dilué :** dégraisse, nettoie à fond.
- **Citron :** désinfecte, désodorise et fait briller.

2 DONNEZ UNE SECONDE VIE À VOS VIEUX VÊTEMENTS

Transformez-les en guenilles.
Zéro déchet, zéro gaspillage !

3 TRIEZ ET FAITES DU BIEN À LA PLANÈTE

- **Donnez** ce qui est encore en bon état, mais inutilisé.
- **Recyclez** les contenants, les emballages et les imprimés.
- **Déposez** les produits spécifiques dans les points de collecte.
- **Compostez** les résidus organiques.

DES SOLUTIONS ÉCORESPONSABLES PRÈS DE CHEZ VOUS

Pensez au service 211 de Québec et régions ou Grand Montréal et Gatineau : une aide par téléphone, clavardage et Web pour vous orienter vers tous les organismes et les programmes sociaux et communautaires du Québec.

Optez pour la réparation de vos appareils électroniques, électroménagers (petits et gros), vélos électriques ou systèmes de climatisation. Trouvez un réparateur près de chez vous grâce à la carte interactive de Protégez-Vous.

Donnez une seconde vie à vos biens !

MISSION VIDE-FRIGO : DÉMÉNAGEZ SANS GASPILLER

AVANT LE GRAND DÉPART

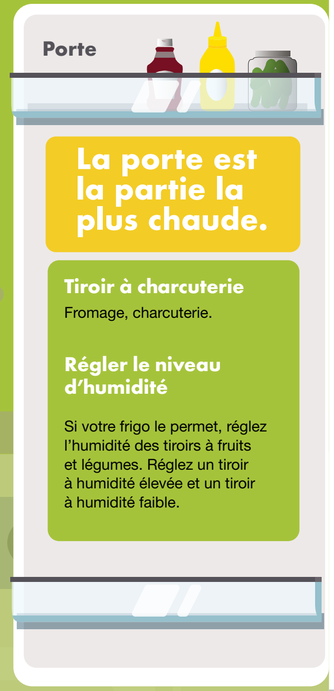
Profitez des jours qui précèdent le déménagement pour faire le tri dans votre frigo et dans vos armoires. Moins vous aurez à transporter, mieux ce sera, pour vous et pour la planète !

ASTUCES GOURMANDES ET FUTÉES :

- Cuisinez ce que vous avez sous la main → utilisez les restes, les condiments et les épices oubliées.
- Créez à partir de vos réserves → riz, pâtes, conserves, sauces… tout peut devenir un repas de chef.
- Maximisez les fonds de frigo → une sauce oubliée peut être la touche magique pour rehausser un plat.
- Videz le congélo → cuisinez vos surgelés pour éviter le gaspillage.
- Compostez ce qui ne se mange plus et recyclez les contenants.

NOUVELLE VIE, NOUVELLE CUISINE !

Pour bien commencer, misez sur un rangement efficace : c'est la clé pour réduire le gaspillage alimentaire. Ce visuel pratique vous aide à placer vos aliments au bon endroit et à les garder frais plus longtemps.



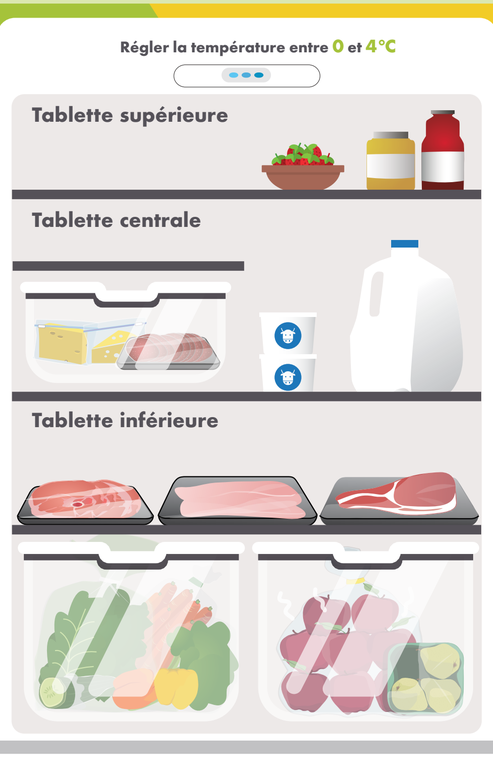
La porte est la partie la plus chaude.

Tiroir à charcuterie

Fromage, charcuterie.

Régler le niveau d'humidité

Si votre frigo le permet, réglez l'humidité des tiroirs à fruits et légumes. Réglez un tiroir à humidité élevée et un tiroir à humidité faible.



Tablette supérieure

Restes, boissons, aliments, prêts-à-manger, petits fruits, herbes fraîches.

Tablette centrale

Lait, œufs, produits laitiers.

Tablette inférieure

Viande crue, volaille et fruits de mer. **ASTUCE :** les conserver dans leur emballage d'origine avec une assiette en dessous ou dans un contenant hermétique pour empêcher les dégâts.

Contrôle du mûrissement

Certains aliments dégagent un gaz appelé éthylène qui accélère le mûrissement. Pour éviter de faire mûrir prématurément certains aliments, conservez ceux qui produisent de l'éthylène dans un sac partiellement fermé, à l'écart de ceux qui sont déjà mûrs. **Les fruits et légumes qui dégagent beaucoup d'éthylène sont** les pommes, les kiwis, les tomates et les avocats.

Tiroir à humidité élevée

Placez la plupart des légumes, surtout ceux qui pourraient flétrir, dans le tiroir à humidité élevée. Carottes, légumes-feuilles, brocoli, asperges, chou, chou-fleur, concombres, haricots verts, épinards, poivrons.

Tiroir à humidité faible

Placez les fruits dans le tiroir à humidité faible, tout comme les légumes qui ont tendance à se détériorer et à pourrir rapidement. Pommes, poires, raisins, champignons, melons, pêches, mangues, oranges.

Bien connaître les zones de conservation du réfrigérateur permet de mieux conserver vos aliments.

À VOUS DE JOUER !

Une planification efficace et des astuces simples rendent votre déménagement bien plus facile. Tri, dons, recours aux organismes de réemploi, organisation : chaque action compte pour un déménagement écoresponsable et gratifiant. N'hésitez pas à partager vos connaissances et à inspirer vos proches.

Les petits gestes deviennent des révolutions si on s'y met tous ensemble !

RECYC-QUÉBEC est fière de vous accompagner dans vos démarches écoresponsables.

Pour plus d'informations, visitez le site recyc-quebec.gouv.qc.ca

Pour continuer votre lecture, consultez notre guide, « Pour un mode de vie plus écoresponsable dans les quartiers du Québec ».

Nous garantissons l'accessibilité à ce document.
Pour obtenir une version plus détaillée, veuillez nous contacter.