



DE LA RÉCOLTE AU COCON D'HIVER : Volume 18, Numéro 9, Septembre 2026

un automne durable à portée de main.

L'automne est une saison de transition qui nous invite à ralentir, à profiter de la générosité de notre territoire et à nous préparer pour les mois plus froids. Des récoltes locales aux feuilles mortes qui enrichissent nos sols, chaque ressource peut être valorisée plutôt que gaspillée. Au fil de la Chronique verte de septembre, découvrez des trucs et astuces pour réduire le gaspillage, favoriser le réemploi, mieux gérer nos matières résiduelles et préparer nos maisons pour l'hiver de façon écoénergétique.

Parce qu'un territoire durable se construit au quotidien, de la récolte au cocon d'hiver, faisons de l'automne une saison riche en gestes simples et durables.

Préparer sa maison pour l'hiver : économiser l'énergie dès maintenant

Les températures commencent à diminuer et la saison de chauffage approche rapidement. Quelques interventions simples réalisées à l'automne permettent d'améliorer le confort de la maison tout en réduisant la consommation d'énergie durant l'hiver.

Inspectez les portes et les fenêtres afin de repérer les infiltrations d'air et remplacez les coupe-froid usés au besoin. Nettoyez les plinthes électriques et les appareils de chauffage pour favoriser leur efficacité. Si vous utilisez un système de chauffage à air pulsé, pensez également à remplacer les filtres.

L'éclairage DEL, les thermostats programmables et une utilisation judicieuse de l'eau chaude sont aussi de petits gestes qui permettent de réduire la consommation d'électricité sans compromettre le confort. En préparant votre résidence avant les premiers froids, vous diminuez votre facture énergétique tout en réduisant votre empreinte environnementale.

Les feuilles mortes ont encore beaucoup à offrir

Lorsque les arbres se parent de leurs couleurs automnales, les feuilles commencent à recouvrir les terrains. Bien qu'elles soient souvent perçues comme un déchet à éliminer, elles constituent en réalité une ressource précieuse pour nos jardins. Les feuilles mortes sont riches en matière organique. Déchiquetées avec la tondeuse, elles peuvent être laissées sur la pelouse pour enrichir naturellement le sol.

Elles servent également d'excellent paillis dans les plates-bandes, où elles protègent les racines contre les variations de température et contribuent à conserver l'humidité du sol. Intégrées au compost, elles apportent les matières brunes nécessaires à la production d'un compost équilibré. En laissant une petite quantité de feuilles dans certains secteurs du jardin, on offre aussi un refuge à plusieurs insectes bénéfiques qui passeront l'hiver à l'abri avant de reprendre leur rôle essentiel au printemps.

LE SAVIEZ-VOUS?



Quelques feuilles bien utilisées permettent d'améliorer naturellement la santé des sols tout en détruisant la quantité de matières envoyées à l'enfouissement.

LE SAVIEZ-VOUS?



Une habitation bien étanche consomme moins d'énergie pour maintenir une température confortable, ce qui se traduit par des économies tout au long de l'hiver.

**VOTRE BAC DE RECYCLAGE BLEU EST
BRISÉ OU ENDOMMAGÉ?**
ZeroDechetAO.ca

ÉCOCENTRE ET CENTRE DE VALORISATION
DES MATIÈRES RÉSIDUELLES (CVMR)
15, boulevard Industriel, La Sarre
819-333-2807

LE PRINCIPE DES 3RV
Réduction à la source
Réemploi
Recyclage
Valorisation

MRC D'ABITIBI-OUEST
11, 5e Avenue Est
La Sarre (Québec) J9Z 1K7
819-339-5671

ZeroDechet@mrcao.qc.ca
ZeroDechetAO.ca



Chronique VERTE

Ensemble pour une saine gestion de nos matières résiduelles



Le grand ménage d'automne : bien trier pour mieux valoriser

L'automne est souvent synonyme de rangement. Avant de remiser les équipements estivaux et de préparer la maison pour l'hiver, c'est le moment idéal pour faire le tri des objets devenus inutiles. Plusieurs matières peuvent connaître une seconde vie grâce au recyclage, au réemploi ou à la valorisation. Les appareils électroniques, les résidus domestiques dangereux, les peintures, les huiles usées, les pneus, le bois, le métal et de nombreux autres matériaux peuvent être apportés à l'écocentre plutôt que d'être jetés aux ordures.

Avant de jeter, pensez au réemploi! Les vêtements, chaussures, jouets, livres, meubles, articles de maison et autres objets encore en bon état peuvent être donnés à une friperie, un comptoir familial ou un centre d'entraide de votre communauté. En plus de prolonger la durée de vie des objets, le don permet de soutenir des organismes locaux et de rendre certains biens accessibles à d'autres personnes. Un objet dont vous n'avez plus besoin peut être exactement ce que quelqu'un d'autre recherche!

Avant de déposer un objet dans le bac ou de vous rendre à l'écocentre, prenez quelques instants pour vérifier la bonne filière. Un tri adéquat permet d'améliorer la qualité des matières récupérées et de réduire les coûts liés à leur traitement. En adoptant ces bonnes habitudes, chacun contribue à préserver les ressources naturelles, à soutenir l'économie locale et à diminuer la quantité de déchets enfouis.

Cet automne, avant de jeter, donnons une deuxième vie à ce qui peut encore servir!

AVOIR LE BON RÉFLEXE

Avant de jeter un objet; posez-vous trois questions :

- Peut-il être réutilisé?
- Peut-il être réparé?
- Peut-il être recyclé ou valorisé?



LE SAVIEZ-VOUS?

Un aliment produit localement peut parcourir plusieurs milliers de kilomètres de moins qu'un aliment importé, réduisant ainsi les émissions liées au transport.

Profiter des récoltes de chez nous : Savourer le territoire

Septembre est le mois où les jardins débordent de légumes frais et où les récoltes locales sont à leur meilleur. C'est le moment idéal pour privilégier les aliments produits près de chez nous et découvrir les différentes façons de se procurer des produits frais d'ici. En plus des marchés et des producteurs locaux, de nouvelles options permettent maintenant de s'approvisionner directement en légumes frais, notamment grâce à des initiatives de vente locale et à des producteurs qui proposent leurs récoltes directement à la ferme.

Les kiosques à la ferme sont également une belle occasion de rencontrer les producteurs, de découvrir les produits disponibles et de savourer pleinement les richesses de notre territoire. En choisissant des aliments produits à proximité, on réduit aussi les distances parcourues entre le champ et notre assiette. Un aliment produit localement peut parcourir plusieurs milliers de kilomètres de moins qu'un aliment importé, ce qui contribue à réduire les émissions de gaz à effet de serre liées au transport.

Choisir des aliments produits localement permet de soutenir les producteurs agricoles, de contribuer à l'économie de notre région et de réduire les distances parcourues par les aliments avant d'arriver dans notre assiette. C'est aussi une façon de profiter de produits frais, savoureux et de saison, tout en développant un lien plus direct avec ceux et celles qui cultivent notre territoire.

Les récoltes abondantes sont également une excellente occasion de limiter le gaspillage alimentaire. Les surplus peuvent être congelés, mis en conserve, déshydratés ou transformés en sauces, soupes et marinades qui pourront être dégustées tout au long de l'hiver. Certains légumes peuvent aussi être conservés pendant plusieurs mois dans un endroit frais et approprié.

Et lorsque les récoltes sont trop généreuses pour être consommées, pourquoi ne pas en faire profiter la famille, les amis ou les voisins?

Cet automne, partez à la découverte des producteurs d'ici, faites un détour par un kiosque à la ferme ou profitez des nouvelles options de vente de légumes locaux. Chaque achat local contribue à faire vivre notre agriculture, à réduire le gaspillage et à bâtir une économie plus durable et résiliente. Pour découvrir les producteurs, les points de vente et les initiatives locales disponibles, consultez la page Facebook de [Saveurs Locales AO](#).

CONSEIL EXPRESS...

Liens utiles : [Mission bac libre](#) et [ZéroDéchetAO.ca](#)

Contactez-nous :
pour toutes informations,

✉ ZeroDechet@mrcao.qc.ca / ☎ 819 339-5671, poste 257

**ÉCOCENTRE ET CENTRE DE VALORISATION
DES MATIÈRES RÉSIDUELLES (CVMR)**
15, boulevard Industriel, La Sarre
819-333-2807



MRC D'ABITIBI-QUEST
11, 5e Avenue Est
La Sarre (Québec) J9Z 1K7
819-339-5671

ZeroDechet@mrcao.qc.ca
ZeroDechetAO.ca