



Bonne année
2023

Edito Président Page 3

Conseils de fin d'année Page 4

Compostage Page 6



Consommation

Les recettes de tati Viviane

Les fêtes de fin d'année représentent une occasion idéale pour retrouver ses proches et partager des moments conviviaux. Aussi nous vous proposons un exemple de menu facile à réaliser et pas cher.

ENTRÉE :

FONDUE DE POIREAUX GRATINÉE AU ROQUEFORT (4 PERSONNES)

Ingrédients :

- 1 Kg de poireaux,
- 30 cl de crème fraîche liquide,
- 120 Gr de beurre, fromage râpé,
- 4 portions de Roquefort.

Préparation :

- Coupez les poireaux en tronçons et mixez quelques secondes
- Faites cuire dans une poêle les poireaux avec le beurre
- Une fois cuits, ajoutez la crème fraîche
- Versez dans un plat et ajoutez le roquefort en morceaux puis le fromage râpé.
- Mettez sous le grill pendant 15 minutes et servez. Miam

PLAT (2 VERSIONS DU RÔTI POUR 4 PERSONNES) :

RÔTI DE PORC AU JAMBON

Ingrédient :

- Rôti de 1Kg
- Sel
- Poivre
- Origan
- Croquettes
- Pommes aïelles

Préparation :

- Laisser le rôti tremper une nuit dans du lait
- Essuyez le et faites le cuire à la casserole jusqu'au $\frac{3}{4}$ de la cuisson
- Ajoutez des champignons des bois (pq pas du surgelé car il y a des mélanges tout près)
- Sel, poivre, origan et finissez la cuisson
- Servez avec croquettes, pommes aïelles

RÔTI DE PORC AU JAMBON AVEC MARINADE

Ingrédients :

- Rôti de 1Kg
- 1 litre de vin rouge,
- 1 orange,
- du laurier,
- de la sauge,
- du thym
- de l'origan

Préparation :

- Faire macérer le rôti dans une marinade durant 48h
- Faire cuire le rôti dans une casserole
- Filtrer la marinade et garder le jus
- Arroser plusieurs fois le rôti avec le jus
- Petit plus : ajouter des ananas, des pruneaux
- Servez avec une purée et de la salade

DESSERT :

bûche glacée

POUR L'APERO :

Bruschettas maisons garnies de fromage blanc, de saumon, d'épices et de tomates

BON APPETIT

QUELQUES CONSEILS SÉCURITÉ POUR LES MOIS SOMBRES



Avec les jours qui commencent à raccourcir, les risques de cambriolage augmentent.

Comment les éviter ?

Les congés et les vacances d'octobre à janvier sont une période particulièrement à risque dans la mesure où certaines personnes s'absentent de chez elles pendant un long moment.

Veillez dès lors à ce que votre habitation soit éclairée le soir. Les cambrioleurs préfèrent en effet opérer pendant les « mois sombres ». C'est pourquoi nous vous rappelons les quelques conseils de prévention suivants :

- Pensez à la visibilité et à la lumière : installez un minuteur sur vos lampes et faites en sorte que l'éclairage s'allume et s'éteigne à intervalles irréguliers et dans différentes pièces, selon vos habitudes de vie.
- Installez un éclairage équipé d'un système de détection de mouvements autour de votre habitation.
- Fermez portes et fenêtres, même si vous quittez une pièce ou votre habitation pour quelques instants seulement.
- Ne laissez pas de mot concernant votre absence sur votre porte.
- Faites une demande de surveillance gratuite de votre habitation pendant vos vacances ou lors d'un séjour prolongé à l'hôpital. Pour ce faire, vous pouvez vous adresser à votre police locale ou directement en ligne via « police.be ».
- Donnez à votre habitation l'impression d'être toujours occupée.
- Faites en sorte que votre boîte-aux-lettres soit vidée régulièrement.
- Vérifiez si votre habitation est visible de la rue et enlevez les éventuels arbres ou plantes qui gênent la visibilité.
- Ne laissez pas traîner d'outils ou d'échelles qui pourraient faciliter le travail des cambrioleurs. Fermez à clé votre abri de jardin.
- Dissimulez les objets attrayants et faciles à emporter, comme les bijoux, GSM, matériel vidéo, ordinateurs et autres appareils électroniques de valeur.
- Ne mettez pas sur votre trottoir l'emballage de votre nouvelle télévision à écran plat. Les cambrioleurs comprendraient ainsi qu'il y a quelque chose à voler chez vous.
- Déposez vos objets de valeur (argent et bijoux) dans un coffre à la banque.
- Enregistrez les numéros de série, notez les caractéristiques de vos objets de valeur et photographiez vos bijoux.
- Faites installer une serrurerie résistant à l'effraction. Les conseillers en prévention vol de votre Ville vous conseilleront volontiers et gratuitement à ce sujet.
- Jetez également un œil sur l'habitation de vos voisins et signalez sur-le-champ tout agissement suspect aux services de police, au numéro 101 ou auprès de votre zone de police locale. Notez aussi le numéro de plaque et la marque d'un véhicule suspect, puis communiquez ces informations à la police.



Le mot du Président

Au moment d'écrire ces lignes, nous n'avons pas encore reçu de nouvelles définitives au sujet du dossier de construction de maisons neuves. Il semble bien que notre dossier soit en bonne voie d'aboutir, mais aussi longtemps que nous n'aurons pas entre nos mains la notification officielle, nous préférons éviter tout triomphalisme excessif et toute annonce prématurée.

De toute façon, en attendant, il y a du pain sur la planche : nous poursuivons en effet notre important programme de rénovation du parc existant. Le mot « important » est tout à fait justifié, puisque cela se chiffre à plus de 2 millions d'euros répartis sur 4 années. C'est loin d'être anodin.

Je vous souhaite donc de très bonnes Fêtes de fin d'année et espère bien vous rencontrer lors de la

distribution des « cougnous » ; et d'ores-et-déjà, mes meilleurs vœux vous accompagnent pour une année 2023 très agréable.

R. DONOT

Président du Conseil d'Administration
du Logis Montagnard – 0475/46.53.12

CONCOURS FACADES FLEURIES 2022

Les heureux gagnants du concours de façades fleuries sont :

- M et Me BETHGNIES
- M et Me LUPARDI
- M et Me PECTOR

Nous remercions tous les participants d'avoir participé à ce concours et d'avoir contribué à l'embellissement de notre Cité.

Nous espérons qu'en 2023, vous serez encore plus nombreux à vous inscrire à ce concours.



Le Noël de Malfalise

aura lieu le 17 décembre à partir de 18h

avec la présence du Père-Noël

Distribution de cougnous pour les enfants, mais aussi pour les grands, de cacao et de vin chaud

Un bar et un petit marché de Noël seront à votre disposition

Nous vous attendons nombreux, vous êtes tous les bienvenus



Consommation

ANIMAUX DE COMPAGNIE - REGLEMENTATION

Depuis ce 1^{er} juillet 2022, toute personne souhaitant adopter, acheter ou acquérir un animal de compagnie devra demander un extrait du Fichier Central Délinquance Environnementale.

Jusqu'à présent, toute personne disposait tacitement de ce permis. Il pouvait être retiré en cas de mauvais traitement envers un animal.

Depuis le 1^{er} juillet 2022, il faut présenter un extrait du fichier central de la délinquance environnementale et du bien-être animal pour acquérir (acheter, adopter ou recevoir) un animal de compagnie.

Cet extrait, délivré par l'administration communale, établira que la personne n'est pas sous le coup d'une interdiction de détention ou déchue de son permis de détenir un animal de compagnie, ces deux peines pouvant être prononcées tant par un juge que par un fonctionnaire sanctionneur.

Les commerces, les refuges et les élevages devront demander à toute personne qui souhaite adopter, acheter ou recevoir un animal de compagnie de fournir cet extrait de fichier central.

POUR QUELS TYPES D'ANIMAUX ?

Par animal de compagnie, on entend toutes les races de chiens, chats, chevaux dans le cadre d'un loisir, oiseaux, hamsters, souris, poissons, poules dans le cadre d'un loisir, tortues, reptiles et NAC, lapins, furets et chèvres.

COMMENT OBTENIR CE DOCUMENT ?

L'extrait du fichier central sera délivré par la commune du lieu de résidence. Il est valable 30 jours.

Les personnes déjà détentrices d'un animal de compagnie ne doivent effectuer aucune démarche.

QU'EN EST-IL DE VOS OBLIGATIONS VIS-À-VIS DE DU LOGIS MONTAGNARD ?

Le règlement d'ordre intérieur (ROI) rappelle que le locataire veillera à tenir en laisse son chien, petit ou gros, dès la sortie de son appartement. Seule la détention des animaux domestiques autorisés par les arrêtés communaux et/ou les lois est permise par le ROI.

Un chien doit obéir à son maître. Le locataire ne permettra pas à son chien d'aboyer ou de se soulager dans l'immeuble, aux abords des bâtiments, sur les terrasses et dans les parkings. Si l'animal se soulage par accident dans l'un de ces endroits, le locataire est tenu de nettoyer immédiatement les déjections à l'aide d'un sac plastique approprié afin de ne pas gêner d'autres locataires. A défaut, les frais de nettoyage seront portés à sa charge. N'oubliez pas qu'en l'absence de « fautif » manifeste, ces charges seront reportées d'office sur l'ensemble des locataires.

De plus, avoir beaucoup d'animaux dans une habitation peut engendrer de la saleté, du bruit et un inconfort autant pour ceux-ci que pour l'environnement.

Dans tous les cas, les animaux ne peuvent être sources de nuisances, ni pour le voisinage, ni pour le bâtiment. Sans oublier qu'il est strictement interdit de faire l'élevage d'animaux domestiques ou autres N.A.C (nouveaux animaux de compagnie) dans les logements du Logis MONTAGNARD.

Nous nous en référons également au Règlement général de police

CONSEILS AFIN DE PASSER DE BONNES FÊTES DE FIN D'ANNEE

Les fêtes de fin d'année représentent une occasion idéale pour retrouver ses proches et partager des moments conviviaux. Mais pour éviter que ces instants précieux ne soient gâchés par un incident, quelques bonnes pratiques sont à connaître. Que ce soit pour la décoration de Noël, le repas ou encore l'alcool, suivez nos conseils pour un réveillon sans embûches.

Garder, ranger, revendre ou jeter... Pour y voir plus clair, pour déménager ou pour vous mettre sur la voie du zéro déchet, c'est décidé, vous faites le tri. Par quoi commencer ? Qu'est-ce qu'on garde ? Et une fois qu'on a tranché, on en fait quoi ? Pour se désencombrer, on favorise au maximum la seconde main et on limite les déchets.

Ne laissez pas de bougies allumées sans surveillance

Un incident est vite arrivé ! Si les bougies apportent un éclairage doux et agréable tout en créant une ambiance chaleureuse, elles peuvent aussi générer en quelques minutes un incendie dévastateur... Pensez à bien éteindre vos bougies lorsque vous quittez la pièce, ou mieux : prévoyez des fausses bougies qui fonctionnent avec des piles ou via un chargeur USB. De nombreux modèles sont disponibles et imitent même la flamme qui bouge, pour un effet plus vrai que nature.

Évitez l'utilisation d'un chauffage d'appoint

Lorsqu'il y a du monde à la maison, n'utilisez pas de chauffage d'appoint. De plus, ce type d'appareil représente un véritable risque d'incendie et de brûlure. Pour finir, notez que ce type de chauffage est énergivore et coûteux. Alors pour un Noël plus responsable, mettez-le au placard !

Contrôlez l'état des guirlandes lumineuses

Avant de décorer votre sapin, vérifiez que votre guirlande électrique, qui aura passé un an dans un carton, est en bon état. Contrôlez l'extrémité du câble de branchement ainsi que le transformateur. Lors de la mise en place, utilisez une prise dédiée et ne la laissez pas allumée en continu, pour éviter une surchauffe.

Prévoyez un coin dédié aux enfants

Noël est la fête des enfants, mais pour que les adultes puissent aussi en profiter, organisez votre maison en prévoyant un espace rien que pour les petits. Ils auront certainement du mal à rester à table pendant de longues heures : l'idéal est donc de leur préparer un coin où ils pourront jouer et profiter de leurs cadeaux.

Soyez vigilant quant aux allergies

Lors du repas de Noël, restez rigoureux quant aux allergies alimentaires, qui peuvent être nombreuses, de l'apéro jusqu'au dessert. Faites attention aux arachides (cacahuètes, noix de pécan, noix de cajou...). Les fruits de mer sont aussi des allergènes fréquents. Crevette, crabe, langoustine, homard, Saint-Jacques, moules ou huîtres : proposez une alternative pour les allergiques.

Surveillez vos animaux pour éviter qu'ils s'intoxiquent

Pendant le réveillon ou le jour de Noël, vous n'êtes pas à l'abri que votre chat ou votre chien échappe à votre vigilance et ingère un aliment toxique. À savoir que le chocolat est très dangereux pour les animaux. Tout ce qui est salé est aussi déconseillé : cacahuètes, saumon fumé, etc. Sans oublier la déco du sapin...

Bon à savoir



Encore peu connu, le syndrome du sapin de Noël correspond à une allergie aux éventuelles moisissures présentes dans le tronc et les épines du sapin. Ces dernières peuvent provoquer des symptômes similaires à ceux du rhume des foins. Le sapin artificiel peut alors être une bonne option. Vous pourrez en plus le conserver d'une année sur l'autre !

Contrôlez votre consommation d'alcool

Pas besoin de boire pour faire la fête. Limitez votre consommation d'alcool et rattrapez-vous plutôt sur le buffet, à plus forte raison si vous conduisez. Pour prendre la route en toute sécurité, pensez à toujours avoir un éthylotest sur vous. Pour rappel, il est formellement interdit de conduire avec un taux d'alcool dans le sang égal ou supérieur à 0,5 gramme par litre, ce qui correspond en moyenne à deux verres.

Consommation



5 IDEES POUR DES CADEAUX DE NOËL ECORESPONSABLES

Il reste encore quelques jours pour offrir les cadeaux de dernières minutes. Si vous n'avez pas envie d'acheter un cadeau inutile donc l'impact environnemental sera plus important que le plaisir qu'il procurera à celui qui le trouvera sous le sapin, cet article est fait pour vous.

1. OFFREZ DES CADEAUX DE SECONDE MAIN

On vous en parlait déjà l'an dernier, plus de 70% des enfants de moins de 15 ans accepterait de recevoir des cadeaux de seconde main, un chiffre qui devrait augmenter avec la montée en puissance de la « génération Greta ». Dans cette optique, deux options s'offrent à vous : offrir quelque chose que vous avez déjà et n'utilisez plus, ou bien acheter des cadeaux d'occasion. Pour la première option, en jouant sur le côté nostalgique ou vintage, les vieux jouets pour enfants conservés précieusement dans le grenier depuis tant d'années pourraient enfin trouver reprenneur ! Et peut-être que les plus conservateurs d'entre nous (on sait qu'il y en a) pourront rendre à de jeunes parents les habits ou jouets qu'ils avaient utilisés eux-mêmes dans leur enfance. Dans ce genre de cas rare, on peut garantir que la séquence émotion aura bien plus de valeur qu'un cadeau neuf. Cela peut aussi faire le plus grand effet avec les livres. Selon votre proximité avec la personne à qui vous offrez un livre, le fait que vous l'ayez lu vous-même, voir annoté, peut revêtir un côté très personnel. Au-delà de partager un livre que vous avez aimé, vous partagez aussi la façon dont vous l'avez perçu au fil des pages avec celle ou celui qui le reçoit.

2. « POUR LA SECONDE OPTION, DE NOMBREUSES STRUCTURES DE L'ECONOMIE SOCIALE ET SOLIDAIRE FAVORISENT LA REVENTE ET LE REEMPLOI DE NOMBREUX TYPE DE CADEAUX »

Pour la seconde option, de nombreuses structures de l'Economie Sociale et Solidaire favorisent la revente et le réemploi de nombreux type de cadeaux. Plusieurs recycleries (Oxfam, Caritas, Emmaüs, la Croix-Rouge, les Petits Riens, La Ressourcerie du Val de Sambre...). Et bien sûr n'oubliez pas d'aller flâner chez les bouquinistes

ou marchés au livre qui revendent de nombreux livres d'occasion à prix réduits, et pour lesquels vous n'êtes pas à l'abri de tomber (plus souvent qu'on ne le pense) sur des ouvrages discrètement dédicacés, ou annotés par des personnalités renommées.

Dans tous les cas dans les périodes de Noël comme tout le reste de l'année, pensez au réemploi en ne jetant pas les objets dont vous voulez vous débarrasser : faites-en don à des associations, vous permettrez peut-être à ces objets de faire le bonheur de quelqu'un pour un Noël prochain !

3. OFFREZ DU RECYCLÉ

Les cadeaux de seconde main peuvent avoir des avantages mais ne sont pas forcément du goût de tout le monde. Si vous souhaitez offrir du neuf, misez sur du recyclé !

De plus en plus de marques ont fait de la composition de leur produit un argument de vente. Qu'il s'agisse de jouets en bois ou plastiques ou bien de prêt-à-porter, il n'a jamais été aussi facile de trouver du 100% recyclé. Cela peut coûter parfois plus cher, mais pour quelques euros de plus, vous vous sentirez beaucoup mieux d'offrir un beau pull en fibres recyclées fabriqué en France qu'un T-shirt au message humoristique, dont le bas prix vous permet de douter de ses conditions de fabrication. Un cadeau fabriqué à partir de matières premières issues du recyclage est aussi l'occasion de sensibiliser vos proches à l'importance du tri, et aux conséquences positives directes qu'il peut avoir.

4. OFFREZ DE LA NOURRITURE

Même si ce n'est pas un cadeau éternel, le plaisir de la recevoir et de la consommer fera tout de même son petit effet au pied du sapin. L'avantage d'offrir de la nourriture, c'est que cela vous laisse le champ libre quant à la qualité, la quantité et

le prix de ce que vous voulez offrir. Vous pouvez miser sur du fait-maison, telle que des bocaux de confiture ou le pâté de cerf cuisiné avec soin par votre grand-mère.

Ici, le cœur que vous (ou mamie) y aurez mis à l'ouvrage, constituera une part importante de la valeur du cadeau. Vous pouvez également offrir des produits locaux (confiture, miel, paniers de fruits, ...)

5. OFFREZ DU FAIT MAIN

Sans avoir une créativité hors normes ou des qualités de tailleur de pierre, il est possible de fabriquer ou composer soit même un cadeau (plus sympa qu'un collier de pâte ceci dit). Si vous avez des velléités de vous mettre à la couture par exemple, il existe de nombreuses vidéos en ligne pour vous expliquer comment fabriquer des petites choses simples et utiles pour offrir à vos proches.

Vous pourrez par exemple fabriquer des petits porte-monnaies, ou plus écolo encore, des éponges tawashi, lavables et plus durables que nos éponges traditionnelles. Pour les plus bricoleuses ou bricoleur d'entre vous, il existe d'autres idées de cadeaux à fabriquer soit même, comme une cabane à oiseau par exemple (que vous pourrez offrir avec des graines pour nos amis à plumes) ou une boîte à tonnerre pour étonner les plus petits. Certaines idées sont faciles à réaliser, et prendront parfois moins de temps qu'il n'en faudrait pour essayer de circuler dans les magasins à 5 jours des fêtes.





Infos pratiques

70 IDÉES FUTÉES POUR FAIRE DES ÉCONOMIES D'ÉNERGIE CHEZ SOI

- 1 Dès la tombée de la nuit, je ferme tentures et volets. Un volet roulant (fermé !) ayant une bonne étanchéité à l'air permet de diminuer la perte d'énergie de 25% pour une fenêtre avec un double vitrage haut rendement et de 60% pour une fenêtre avec un simple vitrage.
- 2 Si les radiateurs sont placés sous les fenêtres, les tentures ne peuvent surtout pas les recouvrir et doivent être le plus près possible des fenêtres. Sinon, la chaleur des radiateurs part derrière les tentures, ce qui est inefficace.
- 3 J'isole les tuyauteries de chauffage qui traversent les zones non chauffées de mon logement (caves, vides ventilés, etc.). Ces conduits non isolés diffusent de la chaleur là où c'est totalement inutile. Il suffit de placer autour de ces tuyaux un isolant en vente dans tous les magasins de bricolage.
- 4 J'isole le plancher du grenier lorsqu'il n'est pas habitable en y posant un matériau isolant de bonne épaisseur (laines minérales : 20 cm minimum). Si un stockage est prévu, j'utilise de l'isolant rigide (16 cm minimum) sur lequel je déposerai une plaque de bois pour éviter les perforations.
- 5 Je colmate les joints au bas des portes ou autour des vieux châssis qui sont des voies d'entrée importantes pour le froid extérieur.
- 6 En été, lorsque le soleil a surchauffé la maison toute la journée, j'ouvre les fenêtres de toit (attention aux risques d'intrusion !) pour pratiquer une ventilation nocturne qui rafraîchira le logement.
- 7 Toujours en été, au lieu de recourir à la climatisation de la chambre ou du séjour, je limite au maximum les apports de chaleur du soleil (en fermant portes, fenêtres, volets et tentures) mais aussi les apports de chaleur internes (éclairage, etc.).
- 8 Pour un fonctionnement optimal du système de ventilation, je dépoussière les ouvertures d'amenée et d'évacuation de l'air et je remplace les filtres si nécessaire.
- 9 Si mon logement n'est pas équipé d'un système de ventilation (dans le cas d'un bâtiment ancien qui n'était pas encore soumis à la réglementation sur la ventilation des bâtiments), j'ouvre les fenêtres des façades opposées (ventilation transversale) pendant quelques instants, le matin et le soir. J'évacue ainsi l'air vicié. Je veille toutefois à ne pas refroidir exagérément les pièces.
- 10 Par temps froid, je profite des ouvertures côté soleil pour chauffer naturellement mon logement (fenêtres, portes vitrées, fenêtres de toit, coupoles). J'ouvre les tentures dès le matin !
- 11 Je surveille le thermomètre et je réduis la température ambiante à 19-20°C : c'est souvent suffisant pour assurer le confort de l'habitation. Je porte un vêtement chaud à l'intérieur plutôt que d'augmenter la température inutilement dans tout l'habitat !
- 12 Je règle correctement les vannes thermostatiques de mon installation pour obtenir la température de confort pièce par pièce, sans jamais la dépasser.
- 13 Je règle un thermostat d'ambiance à horloge pour couper le chauffage la nuit et pendant les périodes d'absence. Un thermostat à sonde extérieure réglera le chauffage en fonction de la température extérieure.
- 14 La nuit (protégés par la couette !) ou la journée quand la maison est vide, une température de 16-17°C suffit amplement.
- 15 De même, dans les pièces souvent inoccupées, il est inutile de dépasser une température de 16-17°C.
- 16 Je ferme bien les portes des locaux peu ou non chauffés afin de ne pas diffuser le froid dans les autres pièces. De même, je ferme toujours bien les portes entre les lieux de vie et les couloirs.
- 17 Je fais entretenir, par un technicien agréé, ma chaudière au gaz (tous les deux ans si plus de 100 kW, tous les trois ans si moins de 100 kW) ou ma chaudière au mazout ou au bois/pellets (tous les ans dans ces deux cas).
- 18 Je dépoussière les corps de chauffe tels que radiateurs et convecteurs, de manière à ne pas réduire le rendement d'émission de chaleur.
- 19 Si ma chaudière a plus de 15 ou 20 ans, elle est très certainement surdimensionnée et beaucoup moins efficace que les appareils actuels (les chaudières à condensation par exemple). Il est temps de songer à la remplacer !
- 20 Je choisis de préférence :
 - une chaudière de type classe A pour le mazout ou le gaz ;
 - un appareil labellisé «Der blaue Engel» ou «Flamme verte» pour la biomasse. Ces labels fournissent une garantie de performance minimale de l'appareil.
- 21 J'opte pour une chaudière au dimensionnement optimal pour l'habitat.
- 22 J'opte pour des radiateurs légèrement surdimensionnés afin de garantir des relances rapides de chauffage qui augmentent le confort sans surconsommation d'énergie.
- 23 Je munis d'emblée mon installation d'un thermostat programmable et chaque radiateur d'une vanne thermostatique couplée à une sonde extérieure pour adapter la température de l'eau de chauffage à la température extérieure.
- 24 Je n'oublie pas la production d'eau chaude sanitaire : couplée ou indépendante de la chaudière ? La réponse dépendra de la distance entre la chaufferie et la salle de bain. Si elle est supérieure à 8 mètres, alors le découplage est conseillé.
- 25 Une douche de 5 minutes consomme de 30 à 40 litres d'eau (et jusqu'à 60 à 75 litres si le pommeau n'est pas économique) contre 100 à 130 pour un bain. Je peux donc prendre trois douches pour un bain ! J'en tiens compte.
- 26 Deux enfants peuvent partager le même bain. Economie : 50%
- 27 Quand je me savonne, je coupe le robinet d'eau chaude de la douche.
- 28 Un pommeau de douche économique, peu coûteux et qui réduit le débit, permet de diminuer la consommation d'eau de 40 à 50%. En vente dans la plupart des magasins d'équipement sanitaire ou de bricolage.
- 29 J'évite les « équipements de luxe » (douche avec jets d'hydro-massage, spa...). Alors que le débit d'une douche avec un pommeau économique est d'environ 8 litres/minute, celui de tels équipements peut atteindre plus de 40 litres/minute !
- 30 En général, l'eau chaude est portée à une température excessive. Dans le cas d'un usage quotidien, 40-45°C suffisent largement si je possède un chauffe-eau instantané, 50-60°C si j'utilise un boiler de stockage. Je veille donc à stocker l'eau à la température la plus basse possible permettant de garantir mon confort d'utilisation.
- 31 J'opte pour un chauffe-eau instantané sans veilleuse. La consommation de cette veilleuse est d'environ 120 m3 de gaz par an.
- 32 Je veille au parfait état des joints des robinets : un robinet d'eau chaude qui fuit constitue une source importante de gaspillage d'énergie.
- 33 Si je possède un boiler électrique, j'en coupe l'alimentation quand je m'absente pour plus de 24 heures afin de limiter les pertes d'énergie dues au maintien de la température. Je place une minuterie sur le boiler afin de réduire son temps de chauffe au minimum nécessaire.
- 34 Tout chauffe-eau doit être régulièrement détartré, quelle que soit la dureté de l'eau : le calcaire diminue le rendement de ces appareils.
- 35 Comme pour l'installation de chauffage, j'isole les tuyauteries d'eau chaude qui traversent les zones non chauffées de l'habitat (caves, vides ventilés, etc.). Ces conduits perdent de la chaleur là où c'est totalement inutile. Il suffit de placer autour de ces tuyaux un isolant en vente dans tous les magasins de bricolage.
- 36 Je m'équipe d'une nouvelle installation, celle-ci doit avoir une capacité optimale pour les besoins du ménage (ni trop grande ni trop petite).
- 37 Pour les points de puisage éloignés de plus de 8 mètres du système de production ou à faible soutirage comme l'évier de la cuisine, prévoyons une production indépendante (un chauffe-eau au gaz ou électrique ou un petit boiler électrique)
- 38 Je trie le linge correctement afin de pouvoir toujours laver à la température la plus basse possible. Compte tenu des performances accrues des lave-linge, des produits de lessive ainsi que du lavage plus fréquent des vêtements, le programme à 95°C est devenu superflu et est à proscrire.
- 39 Certaines lessives sont efficaces à basse température. En lavant le linge normalement sale à 20°C au lieu de 40°C, je réalise une sérieuse économie d'énergie !
- 40 Je ne fais ma lessive que quand je peux remplir complètement la machine.
- 41 Pour laver le linge, je préfère toujours le programme «E» (économique). Il limite la quantité d'eau à chauffer et travaille à une température plus basse, suffisante dans la plupart des cas.
- 42 Dès que le temps le permet, je fais sécher le linge à l'extérieur.
- 43 J'essore bien le linge avant de le faire sécher. L'idéal est de l'essorer à 1600 t/min plutôt que 800 t/min : le linge sera moins chargé en eau à la sortie de la machine et le temps de séchage sera réduit d'environ un tiers.
- 44 J'évite de surcharger le sèche-linge. Trop de linge va réduire l'efficacité de séchage et augmenter la consommation d'énergie.
- 45 Quant aux sècheurs classiques, il convient de les utiliser dans des locaux bien aérés : cela réduit le temps de séchage mais aussi les risques de moisissures dues à l'humidité.
- 46 Rien ne sert de disposer d'un frigo trop grand et de refroidir inutilement de l'espace vide ! Il est conseillé de disposer d'une capacité de 60 litres par personne, avec un minimum de 150 litres par ménage.
- 47 Il faut éviter de placer le réfrigérateur à proximité d'un appareil chauffant (cuisinière, four, lave-vaisselle) ou encore dans un endroit ensoleillé : il devra consommer plus pour maintenir une température intérieure suffisamment basse.
- 48 Une température interne de 4 à 5°C est idéale pour la conservation de la plupart des aliments.
- 49 Il faut prévoir une circulation d'air suffisante. Il vaut mieux placer l'appareil à quelques centimètres du mur. Pour les appareils encastrables, les professionnels auront prévu la circulation d'air au moyen de grilles situées généra-

Infos pratiques



- lement en haut et/ou en bas de l'appareil.
- 50 Il est recommandé de dépoussiérer régulièrement l'arrière du réfrigérateur afin d'assurer une bonne circulation de l'air derrière l'appareil.
- 51 Lorsque je n'ai pas besoin de mon réfrigérateur pendant une période prolongée (pendant mes vacances par exemple), je le débranche et je laisse la porte entrouverte pour éviter la formation de moisissures.
- 52 Un surgélateur doit être situé dans un endroit le moins chauffé possible voire non chauffé.
- 53 Surgélateurs et réfrigérateurs ne doivent être utilisés que pour des aliments totalement refroidis : si les aliments sont encore chauds, les appareils consomment davantage pour les refroidir et les congeler.
- 54 Comme pour le réfrigérateur, il faut éviter de placer l'appareil dans un endroit exposé aux sources de chaleur : par exemple à côté d'une cuisinière ou exposé aux rayons du soleil.
- 55 Les surgélateurs horizontaux consomment 15% de moins que les surgélateurs verticaux.
- 56 Les capacités généralement recommandées sont de 60 litres par personne en milieu urbain et 100 litres par personne en milieu rural.
- 57 Je veille à ce que les joints des appareils frigorifiques soient toujours en bon état. S'ils sont abîmés, ils laissent passer le froid et la consommation énergétique augmente de 10% en moyenne. Il faut alors les remplacer. 58 Je dégivre régulièrement le surgélateur : une couche de givre de 2 mm d'épaisseur seulement entraîne déjà une surconsommation d'environ 10%!
- 59 Pour éviter que le givre ne se forme trop rapidement sur les parois intérieures du surgélateur, je veille à l'ouvrir un minimum de temps. Quelques secondes suffisent pour que l'humidité de la pièce rentre dans le surgélateur, se condense sur les parois froides et givre.
- 60 Si j'utilise l'électricité, je peux économiser de l'énergie en cou-
- pant l'alimentation de la plaque électrique quelques minutes avant la fin de la cuisson : l'inertie thermique garantit encore une température suffisante pour la terminer ou pour garder les aliments au chaud. (sauf induction)
- 61 Lorsque je cuisine, je n'oublie pas le couvercle sur les casseroles. Sans couvercle, il faut 3 fois plus de temps et d'énergie pour amener l'eau à ébullition!
- 62 Je choisis des casseroles de diamètre adapté à la zone de cuisson. Elles doivent être à fond parfaitement plat sinon la perte d'énergie peut atteindre 50%.
- 63 Une casserole à pression permet de cuire beaucoup plus rapidement les aliments (40% à 70% de temps gagné). Si le temps de cuisson est réduit, l'énergie consommée l'est aussi.
- 64 Les «cuit vapeur» (casseroles à étages) permettent la cuisson de plusieurs types d'aliments en même temps grâce à la vapeur produite dans le premier niveau. Ils permettent également d'économiser l'énergie!
- 65 Je sors les aliments du réfrigérateur un quart d'heure avant la cuisson. Ils cuiront avec moins d'énergie.
- 66 La cuisson produit de la vapeur et des odeurs. Je les évacue grâce à une hotte.
- 67 Les ventilateurs des hottes installées dans les cuisines sont souvent surdimensionnés. La grande vitesse ne sera utile que dans de très rares situations.
- 68 Un four multifonctions ou un four à air pulsé ne doit pas être préchauffé pour certaines préparations. Le four électrique peut être éteint avant la fin de la cuisson : la chaleur résiduelle permet de terminer la cuisson ou de garder les aliments au chaud.
- 69 Un four à air pulsé chauffe plus vite. Il fait gagner du temps et donc de l'énergie.
- 70 Le four à micro-ondes permet de réaliser une économie de 75% par rapport aux fours traditionnels. Un micro-ondes utilisé au maximum de ses possibilités peut couvrir 3/4 des besoins culinaires quotidiens d'une famille de quatre personnes.

LE COMPOSTAGE

Savez-vous que votre poubelle contient entre 30 et 50% de déchets compostables ? Il s'agit des déchets de cuisine et des restes de repas d'une part, et d'autre part, des déchets du jardin, des fleurs fanées etc. Composter tout cela représente une sérieuse économie en perspective... Et le compost ne permet pas seulement de diminuer le poids de votre sac poubelle, il a bien d'autres qualités : C'est un bon amendement pour votre potager et votre jardin d'agrément, il allège votre sol et évite donc les maux de dos lors du retournement, il permet d'augmenter le rendement de vos cultures potagères ou florales, ...Et bien d'autres avantages.

COMPOSTER SES DECHETS ORGANIQUES

Qu'est-ce que le compost ?

Le compostage est une dégradation biologique des déchets organiques (déchets de cuisine, de jardin) sous l'action de micro-organismes et d'animaux du sol, en une sorte d'humus qui sera restitué au sol sous forme d'amendement, le COMPOST.

Le compost est une matière organique riche et sombre, qui ressemble à du terreau, utile dans le jardin d'agrément, le potager ou pour les plantes d'appartement.

Pourquoi composter ?

pour le portefeuille

- On diminue rapidement le volume de nos sacs payants (30% du volume de la poubelle et environ 50% de son poids sont composés de déchets organiques).

- On réduit les transports en évitant des voyages vers le parc de recyclage.

- On améliore la qualité de son jardin sans frais...

pour l'environnement !

- On recycle et on réutilise les déchets compostables, autant de petits gestes qui contribuent au cycle de vie de la matière organique et de la transformation utile des déchets.

Que peut-on composter ?

Tous les déchets biodégradables sont compostables, cependant le compost n'est pas une poubelle. Les différentes matières doivent être intégrées avec précaution.

La liste présentée est non-exhaustive :

Les matières compostables - Les déchets de cuisine

Epluchures de légumes et de fruits (y compris la feuille de journal utilisée) ; Filtres à café et sachets de thé ; Essuie-tout usagés, papiers non colorés ; Coquilles d'œufs, de noix concassées ; Cartons découpés en morceaux ; Restes de repas, de pain humidifié ; Journaux (en petite quantité)

Les déchets de jardin ; Feuilles mortes, tontes de gazon ; Plantes et

fleurs fanées ; Branchages broyés ; Tailles de haies ; Restes de récolte du potager ; Foin, copeaux, sciures ; « Mauvaises herbes » (préalablement trempées dans l'eau)

Mais aussi

Litières d'animaux domestiques herbivores (pailles, fientes, fumier), Lambeaux de coton et de laine ; Les matières difficilement compostables, Plantes malades ou traitées avec des pesticides ; Huiles et graisses de cuisine ; Grande quantité de cendres de feu de bois ; Les matières non compostables ; Matières synthétiques (nylon, ...) ; Plastique, métal, verre, Sacs d'aspirateurs ; Gros bois, terre et sable ; Cendres de charbon, Langes jetables, Excréments et litières d'animaux domestiques ; Périodiques illustrés

Comment composter ?

Le processus biologique de transformation des déchets de cuisine est assuré par l'action de micro-organismes et animaux du sol. Ces organismes vivants ont besoin des mêmes éléments que nous, les humains, pour vivre. Il faut donc de l'air, de l'eau et un régime alimentaire équilibré pour ces ouvriers du sol ! Pensons-y !

3 paramètres principaux sont à surveiller :

Le mélange des matières

Pour faire un bon compost, il faut mélanger :

Une part de déchets azotés verts, mous et humides = fleurs fanées, tontes de pelouse, restes alimentaires) qui apportent l'eau et la nourriture aux organismes décomposeurs.

Une part de déchets carbonés (bruns, durs et secs = branchages broyés, herbes sèches, feuilles mortes, paille, ...) qui structurent le compost pour faciliter la circulation de l'air.

Une aération suffisante

Pour maintenir un compost bien aéré, quelques solutions :

N'enterrez pas le compost.

Mélangez régulièrement à la fourche le compost (qu'il soit en tas ou en silo).

Pour le compost en fût (en compostière), l'utilisation de la tige aératrice doit se faire lors de chaque apport. Le brassage permet non seulement de décompacter le tas et de l'aérer, mais aussi d'assurer une transformation régulière.

Effectuez deux à trois retournements complets sur l'année pour homogénéiser la matière et contrôler l'aération et l'humidité.

Selon la technique employée, vérifiez à installer une aération suffisante (ni trop, ni trop peu).

Ne tassez pas les matières et incorporez les matières grossières, structurantes (paille, branchages broyés, taille de haies) aux matières fines (gazon, sciures...).

Une bonne humidité

La décomposition de la matière ne peut se réaliser qu'en présence d'eau, mais il ne faut pas « noyer » le compost sinon l'air ne circule plus ; ce qui freine le processus de compostage et dégage des odeurs désagréables.

Un compost trop sec ne chauffe pas et ne se décompose que très lentement (plusieurs années).

Les matériaux humides doivent être mélangés avec des matériaux secs, et les matériaux secs doivent être imprégnés d'eau par arrosage ou trempage (pour les branches broyées par exemple).

Quelques centimètres de déchets carbonés ou des cartons épais disposés à la surface le protègent du dessèchement ou d'un excès d'humidité.

Le « truc » qui permet de vérifier simplement la bonne teneur en eau, c'est le test de la poignée : il suffit de prendre une poignée de matière et de la presser. Si quelques gouttes perlent au travers des doigts, l'humidité de la matière est idéale. Si rien ne coule entre les doigts, il est trop sec, il faut arroser. Si l'eau dégouline, il est trop humide, il suffit d'y incorporer par retournement des déchets bruns et secs.



Infos pratiques

PONCELET SPRL ASSURANCES

Contactez nous:

Tél : 071/ 517 445

Fax : 071/ 560 169

Mail: assurances@sprPONCELET.be

Rue de Marchienne 196/rc/1

6110 Montigny-Le-Tilleul

FSMA 020380A



Le service
EN PLUS
À domicile

Véhicule de courtoisie
à disposition de la clientèle
en cas de sinistre voiture

**TOUTES les meilleures
conditions du marché**

numéros de téléphone utiles

- Commune ACCUEIL 071/51.88.10
- CPAS 071/51.04.15
- Bibliothèque 071/51.12.31
- Foyer culturel 071/51.11.63
- Poste 02/201.23.45
- Hôpital VESALE 071/92.15.11
- Police Montigny 071/56.07.72
- GERMINAL 071/42.22.22 ou 101
- Ambulance - Pompiers 100
- Child focus 116 000
- Centre de prévention du suicide 0800/32123
- Centre anti-poison 070/24.52.45
- Alcooliques anonymes 071/32.46.68
- Renseignements nationaux 1307
- Renseignements internationaux 1304
- LE LOGIS MONTAGNARD 071/51.22.21

DATES DES COLLECTES TIBI 2023 À MONTIGNY-LE-TILLEUL



JANVIER		FÉVRIER		MARS		AVRIL		MAI		JUN	
V/P	PMC	V/P	PMC	V/P	PMC	V/P	PMC	V/P	PMC	V/P	PMC
18	4-18	15	1-15	15	1-15-29	12	12-26	10	10-24	7	7-21
JUILLET		AOÛT		SEPTEMBRE		OCTOBRE		NOVEMBRE		DÉCEMBRE	
V/P	PMC	V/P	PMC	V/P	PMC	V/P	PMC	V/P	PMC	V/P	PMC
5	5-19	2-30	2-16-30	27	13-27	25	11-25	22	8-22	20	6-20