

Les DÉCHETS  
ALIMENTAIRES :  
sauvons ces  
**TRÉSORS**  
de nos poubelles

DOSSIER • p6 •

Ensemble, réduisons et trions nos déchets





Christèle  
Rebet  
Présidente  
du SITOM

SITOM

Refuser, Réduire, Réutiliser, Recycler, Rendre à la terre. Voici le principe des 5 R pour réduire nos déchets qui constitue un enjeu essentiel pour limiter notre impact écologique.

Dans ce numéro de Tri&Moi, nous mettons l'accent sur le 5<sup>e</sup> principe : Rendre à la Terre.

Depuis 2009, le SITOM des Vallées du Mont-Blanc facilite l'accès au compostage de jardin, en proposant des composteurs à un tarif subventionné de 15 €. À ce jour, 7 740 foyers, soit 35 % des maisons du territoire en sont équipés et valorisent leurs biodéchets en une ressource naturelle précieuse pour leur jardin. Nous estimons par ailleurs qu'au moins 10 % des foyers compostent par leurs propres moyens (composteur "maison", en tas...).

Au-delà du compostage individuel, d'autres solutions se développent. Certaines résidences disposent désormais d'un site de compostage installé au pied de leur immeuble et accessible à leurs habitants. Les composteurs de quartier connaissent eux aussi un essor remarquable : on en compte aujourd'hui 70 sur le territoire, déployés en étroite collaboration avec les communes et les communautés de communes ou d'agglomération.

Ce geste de tri s'adapte également au monde professionnel : de plus en plus d'entreprises font appel au SITOM pour installer des composteurs sur leur terrain et valoriser leurs biodéchets.

Les résultats sont là : entre 2012 et 2024, la quantité de déchets compostables dans nos poubelles grises est passée de 7 925 tonnes à 4 788 tonnes, soit une réduction de 40 %. Mais il reste encore ces 4 788 t qui représentent 17 % de nos ordures ménagères résiduelles. Les efforts doivent donc être poursuivis.

Composter, c'est transformer un déchet en ressource et réduire significativement le volume de nos poubelles. Un geste simple, utile et accessible à tous.

« Ensemble, réduisons, trions, valorisons ! »

— SUIVEZ-NOUS —  
SUR LES  
RÉSEAUX SOCIAUX :



@SITOM des Vallées  
du Mont-Blanc



## INFOS À NOTER

**Mi-janvier 2026 :**  
Ouverture des inscriptions  
pour la campagne de  
printemps de broyage à  
domicile

**Tout au long de l'année :**  
• Des stands d'information  
sur les marchés ou dans les  
grandes surfaces  
• Vente de composteurs de  
jardin et lombricomposteurs  
du lundi au vendredi de 9h à  
12h30 au SITOM

**Contacts compostage :**  
• référent CCPMB :  
Julien 06.03.13.40.68  
• référent CCVMB :  
Jonathan 07.64.76.06.47



Dans ce numéro :



P4 / EN BREF



P6 / LES DÉCHETS ALIMENTAIRES :  
SAUVONS CES TRÉSORS DE NOS  
POUBELLES

Et si vos épluchures avaient une seconde vie ?



P14 / LE MONDE MINIATURE DU  
COMPOST

P15 / Expérience : PLANTE TON SLIP

# En BREF

## CARTON PLEIN pour nos Journées Portes Ouvertes

Merci!

Quelle ambiance ! Pour les Journées Européennes du Patrimoine, nos portes ouvertes ont fait le plein et nous ne pouvions pas rêver mieux. Entre animations, découvertes et échanges riches, vous étiez nombreux à venir partager ce temps fort à nos côtés.

Un immense merci à toutes celles et ceux qui ont franchi les portes du pôle de valorisation matières et énergétique.



Merci aussi à nos partenaires et intervenants, dont l'énergie et le sourire ont largement contribué à la réussite de ces journées.

Pour ceux qui n'ont pas pu nous rendre visite, rendez-vous dans deux ans lors de nos prochaines journées portes ouvertes ou sur un stand tout au long de l'année.



## BIENVENUE ALICE

Nous avons le plaisir d'accueillir Alice, qui devient la nouvelle assistante de gestion. Souriante et motivée, elle accompagnera le SITOM dans la vie administrative. Bienvenue à elle dans l'équipe !

Nous remercions aussi Valérie pour son engagement tout au long de ses années passées avec nous et nous lui souhaitons bonne continuation dans son nouveau poste.



## UN EMBALLAGE DE PRODUITS CHIMIQUES ?

Dans votre placard, garage ou au fond de la cabane du jardin, vous avez sans doute des produits chimiques. Qu'il s'agisse de produits de bricolage (peintures, enduits, colles, etc.), d'entretien de véhicule (huiles, antigel...), de la maison (entretien de la cheminée, décapant four, déboucheur de canalisation...) ou de jardinage (phytosanitaires, etc), tous ces emballages (vides, souillés ou avec un reste de contenu) sont à déposer en point de collecte en déchèterie.

En effet, pour bénéficier d'une prise en charge et d'un traitement sécurisé, ils nécessitent une collecte spécifique et séparée.



**1 DÉCHET MAL JETÉ**  
=  
**1 CAMION PARTI EN FUMÉE**



À la fin de l'été, lors de la collecte des Emballages et Papiers, un camion benne a pris feu à Sallanches ... Résultats : une grosse frayeur, la collecte impactée plusieurs jours et un camion en retraite anticipée. Tout cela à cause... **d'une erreur de tri !** Eh oui, un seul objet non conforme (jouet à piles, appareil à batterie...) peut causer des incendies dans les conteneurs ou les camions.

Pour mémoire, l'Écopôle de la Semine (le centre de tri tout juste inauguré) avait malheureusement été victime d'un incendie destructeur en 2023.

Réduisons les risques, respectons les consignes de tri !



**NOS DÉCHETS  
ONT LE POUVOIR  
D'ALLUMER LA LUMIÈRE**

L'unité de valorisation énergétique (UVE) de Passy a produit près de **30 000 MWh d'électricité en 2024**.

Petite explication : les déchets collectés et transportés vers l'UVE sont incinérés dans un four. La chaleur produite par cette combustion est utilisée pour chauffer de l'eau et produire de la vapeur. Cette vapeur entraîne des turbines qui génèrent de l'électricité.

En clair, de quoi fournir en électricité l'équivalent de 40 000 habitants, hors chauffage. Une belle preuve que lorsqu'un déchet n'est pas recyclable, il peut devenir une source d'énergie renouvelable.



**Un doute ?!**  
Retrouvez les  
consignes de  
tri **ICI**



# Les DÉCHETS ALIMENTAIRES : sauvons ces TRÉSORS de nos poubelles

## Et si vos épluchures avaient une seconde vie ?

Chaque jour, nous jetons des épluchures de légumes, du marc de café ou des restes de pain rassis. Encore trop souvent, ces déchets prennent le chemin de l'incinérateur. Résultat ? Des tonnes de matières précieuses sont perdues... alors qu'elles pourraient être transformées en une ressource pour les sols.

C'est là qu'intervient le compostage. Cette méthode, vieille comme le monde, consiste à laisser agir de petits organismes vivants – bactéries, champignons, vers, cloportes, ... – qui dégradent et transforment naturellement vos restes alimentaires (un peu comme la décomposition des feuilles dans la nature). En quelques mois apparaît un engrais 100 % naturel, gratuit et utilisable aussi bien dans un jardin que dans un pot de fleurs.

Ce processus naturel se fait en présence d'eau et d'oxygène, éléments indispensables pour une bonne décomposition de vos déchets alimentaires.

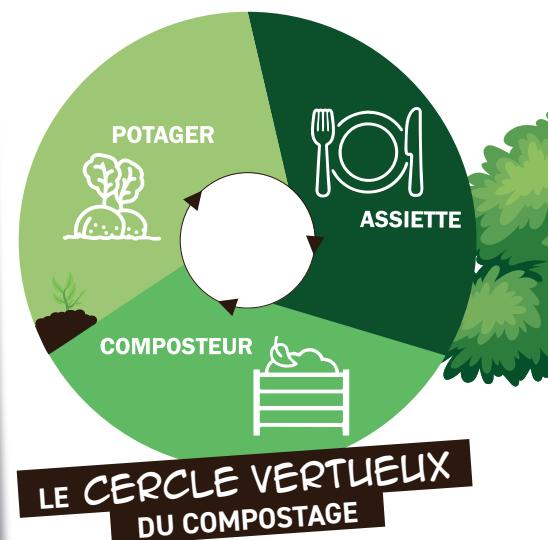
## QUE DIT LA LOI ?

Depuis le 1er janvier 2024, la loi Anti Gaspillage pour une Economie Circulaire (AGEC) impose le tri à la source des biodéchets. Chaque habitant doit pouvoir disposer d'une solution de tri à proximité de son habitation.



### LE PETIT LEXIQUE DU COMPOSTAGE

- Composteur** : il s'agit du bac, en bois ou en plastique dans lequel sont déposés vos déchets afin qu'ils se transforment en compost.
- Biodéchets** : ils incluent les déchets alimentaires (restes de préparation de repas et d'assiettes) et les déchets de parc et de jardin (déchets verts).
- Bioseau** : petit seau à compost qui permet de transporter les déchets de cuisine vers le composteur.
- Compost** : le résultat final du processus, une matière sombre, homogène et fertile qui ressemble à de la terre forestière.
- Lombrics** : des vers de terre qui accélèrent la décomposition et enrichissent le compost.



## Réduire le volume de ses poubelles, mais pas que...

En compostant ses déchets alimentaires, **un foyer peut réduire d'un tiers le poids de sa poubelle grise**. Si tout le monde s'y mettait, imaginez l'impact que cela aurait !

Pour convaincre même les plus réticents, voici un aperçu des 3 principaux bénéfices du compostage :



1.

**Moins d'allers-retours aux poubelles au quotidien :** composter, c'est réduire le volume de ses poubelles.

Résultat ? Moins de trajets au conteneurs gris, moins de sacs à acheter, des économies réalisées et fini le jus désagréable au fond de la poubelle !



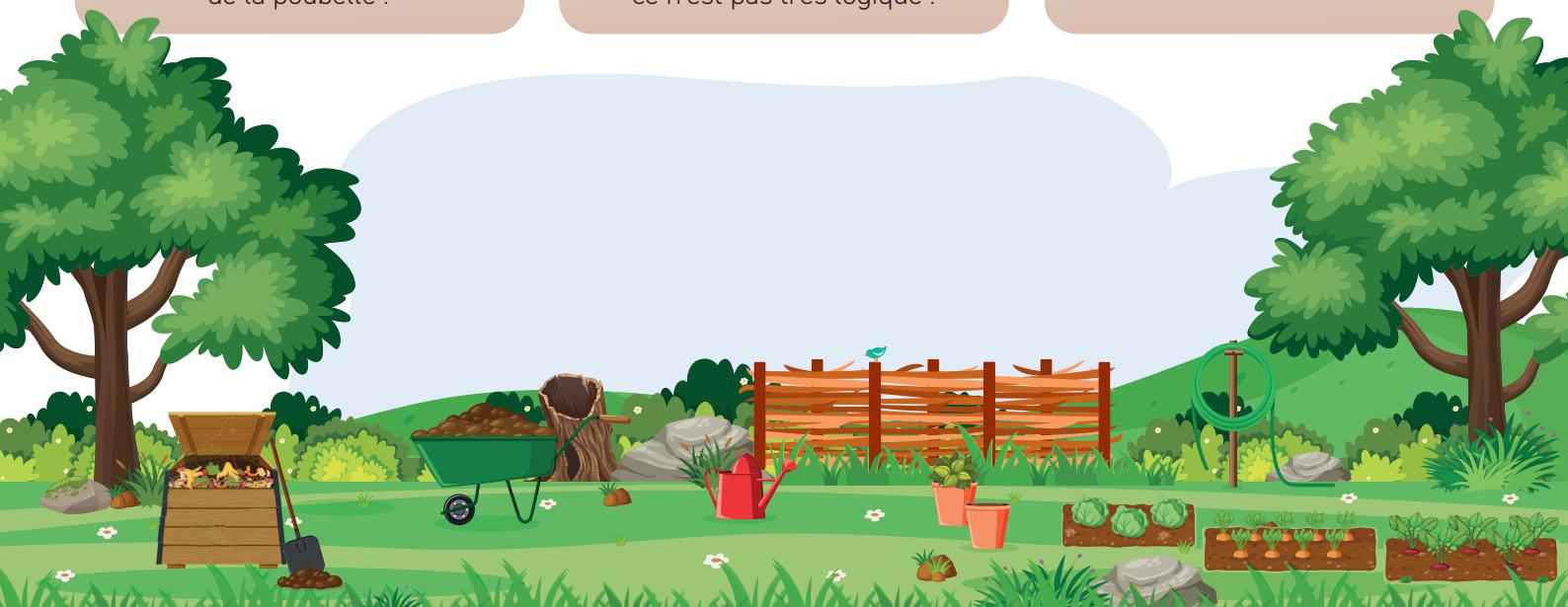
2.

**Un geste concret pour l'environnement :** en détournant vos déchets alimentaires de l'incinérateur, vous évitez le transport inutile de tonnes de déchets. Et puis, soyons honnêtes : brûler des déchets composés de 60 à 90 %... d'eau, ce n'est pas très logique !



3.

**Un engrais naturel, gratuit et efficace :** le compost, souvent surnommé « or brun » est un trésor. Il enrichit votre sol en matière organique. Il nourrit vos légumes, vos fleurs et vos arbustes en leur apportant des nutriments essentiels.



## Une solution pour chaque style de vie

Il n'y a pas qu'une façon de composter ! Aujourd'hui, il existe **une solution adaptée à chaque mode de vie**... tout dépend de votre quotidien.



Le colocataire détendu adopte des vers de terre : c'est le **lombricompostage**. Dans un bac, ces travailleurs infatigables transforment les déchets de cuisine en lombricompost et en « jus de compost ». Le lombricomposteur se glisse dans une cuisine, un garage ou sur un balcon abrité (attention, ni trop froid, ni trop chaud).

Le citadin malin descend ses déchets compostables dans un **site de compostage partagé**, soit au pied de sa résidence, soit au bout de la rue dans un site de quartier. L'occasion de discuter avec ses voisins et de voir ses restes se transformer en compost.

### Pensez-y !

Vous souhaitez composter dans un site de compostage de quartier ?



Il est possible de récupérer un petit seau à compost, aussi appelé «bioseau», gratuitement auprès de l'accueil de votre mairie.

Le jardinier tranquille installe **un composteur individuel** en bois ou en plastique dans un coin du jardin - qu'il aura récupéré un matin au SITOM au tarif subventionné de 15 €. Il y dépose ses épluchures, brasse un peu, et laisse le temps faire le reste.



Le compostage partagé bénéficie du soutien financier de :

## EN CHIFFRES (2025) :



Compostage de jardin  
**7 740** maisons équipées  
soit 35 % du territoire



Compostage partagé  
pied d'immeuble  
**75** sites



Compostage en  
établissement  
**107** sites



Compostage partagé  
de quartier  
**67** sites



Le professionnel engagé choisit une solution adaptée. S'il le peut, il installe des bacs sur le terrain de son établissement, sinon, il prend contact avec un prestataire privé (Excoffier recyclage, Ecotrivelo, Trialp, Tri-vallées, Elise Alpes...).



Peu importe le chemin,  
l'objectif est le même :  
**transformer les déchets  
en ressource.**

Quand on a un jardin, petit ou grand, on se retrouve vite avec une montagne de feuilles mortes, de branches ou d'herbe fraîchement tondue.

Attention : brûler ces déchets verts est interdit par la loi et peut entraîner une amende. Si vous voulez éviter les allers-retours à la déchèterie, il existe des solutions simples.

Par exemple, l'herbe coupée peut aller dans votre composteur de jardin, mais en petite quantité seulement, sinon elle risque d'étouffer le compost et de remplir très rapidement vos bacs. Elle est d'ailleurs interdite dans les sites de compostage partagé (pied de résidence et quartier). Le plus pratique reste de la composter en tas, à condition de bien la mélanger avec des matières plus sèches, comme des feuilles ou des brindilles. Vous pouvez aussi la faire sécher et l'utiliser comme paillage au pied des plantes, c'est excellent pour garder l'humidité et nourrir le sol. Encore plus malin : optez pour une tondeuse mulching ! Elle coupe finement l'herbe qu'on laisse sur place pour qu'elle se décompose en 2/3 jours. Simple, rapide et écologique.



Pour d'autres idées, jetez un œil au guide du compostage disponible ici.



### FOCUS JARDIN

## Le compostage : mode d'emploi

Contrairement aux idées reçues, le compostage n'a rien de compliqué. Un peu comme en cuisine, il vous suffit de trouver la bonne recette.

Pour maintenir un environnement favorable aux petites bêtes (les micro et macro-organismes) qui décomposent vos déchets, **il y a quelques règles d'or à appliquer**.



### LES 3 RÈGLES D'OR DU COMPOSTAGE

#### 1. ALTERNER LES MATIÈRES

L'objectif est de trouver un équilibre entre :



**la matière humide**,  
des ingrédients  
verts/colorés : vos  
épluchures de fruits et  
de légumes (même les  
agrumes), vos restes  
de repas (les pâtes, le  
riz...), le marc de café,  
les sachets de thé en  
papier...

*Geste malin : bien  
découper en petits  
morceaux les déchets.*



**la matière sèche**,  
des ingrédients  
bruns carbonés : du  
broyat de branches,  
des feuilles mortes,  
un peu de sciure de  
bois...

*Bon réflexe : stocker  
vos feuilles mortes à  
l'automne pour avoir  
une réserve.*

#### 2. AÉRER

Mélanger régulièrement les matières dans votre composteur : une fourche, une griffe ou un bâton feront l'affaire.



Lorsque vous mélangez, vous aérez votre compost en amenant de l'oxygène nécessaire aux micro-organismes. Mélanger régulièrement évite les odeurs désagréables et l'installation de rongeurs gourmands.



#### 3. SURVEILLER

De temps en temps, il faut penser à vérifier l'humidité. Le compost doit rester comparable à celle d'une éponge bien essorée : ni trop sec, ni trop mouillé.

## Pour faire simple :

On varie, on mélange, on aère à l'aide d'une fourche de temps en temps, on surveille l'humidité... et voilà !

Pas besoin d'y penser tous les jours. Le processus est en cours, comme un plat qui mijote doucement. Soyez patient ! Avoir du compost mûr prend entre 9 mois et 1 an dans notre région.

Et, pour les sceptiques : non, ça ne sent pas mauvais. Si c'est le cas, c'est que la recette demande quelques modifications. Un compost réussi sent l'humus, cette odeur qui rappelle une balade en forêt.



### ✓ Je mets en petits morceaux



Fruits (dont agrumes) /  
légumes **coupés**  
(crus, cuits, abîmés...)



Restes d'origine  
végétale  
(pâtes, riz, lentilles...)



Noyaux / coques /  
coquilles d'oeufs  
**écrasées**



Marc et filtres  
à café / sachets  
de thé **en papier**

### + RECOUVRIR DE MATIÈRE SÈCHE CARBONÉE



(broyat de branches,  
feuilles mortes,  
copeaux de bois...)

### - Je ne mets pas





## Coup de pouce...

### Des moucherons ?

Rien de grave, cela arrive.

Les moucherons sont souvent attirés par les fruits mûrs ou légèrement pourris. Voir quelques moucherons dans votre composteur, c'est tout à fait normal, mais leur présence doit être limitée. Les premiers gestes commencent à la maison ! En couvrant vos fruits et légumes et en ayant un seau à compost fermé, vous réduisez ainsi le risque de ponte des œufs sur les aliments abîmés, et donc de ramener au composteur. Lors de chaque dépôt les ramener au composteur. Lors de chaque dépôt au composteur, recouvrez comme il faut de matières brunes carbonées afin d'empêcher l'accès aux aliments.

Résultat : vous verrez leur présence diminuer à vue d'œil !

### Des odeurs étranges ?

Pas de panique, tout problème a une solution !

Les odeurs signifient que le contenu de votre composteur est trop tassé et les micro-organismes n'ont pas l'oxygène nécessaire pour travailler. Résultat : ça fermente et des odeurs désagréables peuvent se dégager.

La solution est simple : donnez un petit coup de fourche pour retourner les premiers centimètres du bac et ajoutez des matières sèches (broyat de bois, feuilles mortes, cartons bruns...). En quelques jours, l'équilibre sera revenu et les odeurs auront disparu.



### Et les sacs plastiques « compostables » ?

Attention au piège ! La plupart des emballages plastiques dits «compostables», «biosourcés», «biodégradables» ne se décomposent pas bien. Ils sont surtout pensés pour des installations industrielles. De plus, ils sont composés de 30 à 80% de matières biosourcées, le reste étant du plastique. Dans un composteur de jardin ou collectif, il faut se limiter aux déchets alimentaires. Car tout ce que vous y déposez finira, tôt ou tard, dans le sol.

Donc pas de sacs plastiques, même biodégradables, dans les composteurs !

### Ça chauffe ?

Dès qu'on met des épluchures, du marc de café ou des feuilles mortes dans un composteur, une armée invisible de petites bactéries et de champignons dévorent les biodéchets. Les micro-organismes transforment alors les déchets... et produisent de la chaleur, un peu comme nous après un gros effort. Résultat : la température monte, parfois jusqu'à 70°C, de quoi impressionner ! Cette chaleur est un signe de bonne santé du compost : cela veut dire que ça travaille à l'intérieur.

Puis, petit à petit, la température redescend et les restes se transforment en un bel humus noir et fertile. Bref, si votre composteur chauffe, réjouissez-vous : c'est la preuve qu'il fonctionne bien.





## Mon compost est-il prêt ?

Une fois prêt à l'emploi, le compost est facile à reconnaître : il est homogène, bien sombre, il sent bon le sous-bois et... très peu de petites bêtes sont en vue ! Bref, il ressemble à un beau terreau.

Lorsqu'il est mûr, votre compost devient de l'or pour le jardin. On l'ajoute à la terre du potager et les tomates deviennent plus dodues. On l'épand au pied des rosiers et les fleurs ont des couleurs éclatantes. On le mélange au terreau d'un simple pot de basilic et la plante devient plus vigoureuse.



## Tamiser, késako ?

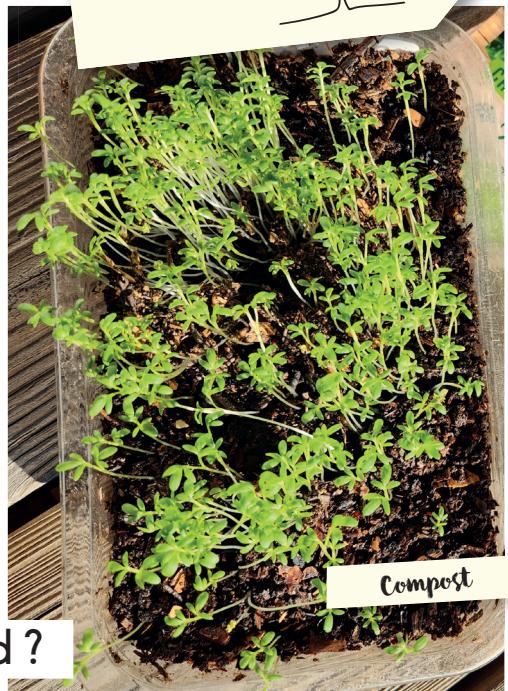
Tamiser, c'est simplement passer votre compost au travers d'un grillage ou d'une passoire un peu large pour retirer les morceaux encore en décomposition (les noyaux, restes de coquilles d'œufs...).

Pas obligatoire, mais bien pratique selon l'utilisation que vous voulez faire de votre compost.

## Alors, on composte quand ?

### Le petit test malin

Semez quelques graines de cresson aliénoré dans un pot rempli de compost : si elles poussent bien, votre compost est prêt à l'emploi !



# Le MONDE MINIATURE du compost

Sous le couvercle du composteur, comme sous terre, c'est un véritable monde miniature qui s'affaire jour et nuit : ce sont des décomposeurs.

Ces petites bêtes interviennent à différents stades de la dégradation de la matière organique. Leurs actions sont complémentaires : certains fragmentent les déchets pour que les autres les assimilent plus facilement. Les déchets des uns deviennent la nourriture des autres ...



## Les microscopiques : les micro-organismes

Difficiles à observer à l'œil nu, les champignons (la moisissure) et les bactéries ont un rôle très important dans le processus de décomposition. Ce sont eux qui commencent le travail et qui font monter la température. Ils se multiplient très rapidement.



champignons



bactéries



## Les petites bêtes : les macro-organismes

Dès que la température redescend, ce sont les macro-organismes qui prennent le relai. Ils sont nombreux et chacun participe à la décomposition des matières.



collembole



cloporte



larve de cétoine

Les collemboles sont nombreux : de 2000 à 500 000 par m<sup>2</sup>.

Les myriapodes (iule, lithobie, scolopendre...) sont aussi appelés "mille-pattes".

Les cloportes sont des crustacés terrestres : ils participent à la décomposition des végétaux et de la matière sèche.

Les larves de cétoine\* s'attaquent aux végétaux en décomposition et donneront naissance à un joli coléoptère vert et doré.



ver Eisenia

Un ver Eisenia (ver du compost) peut donner naissance à 500 petits en une année.



lithobie



acarien

Les acariens font partie de la famille des arachnides, ils possèdent 8 pattes.

\*à ne pas confondre avec les larves des hannetons.

# "PLANTE TON SLIP" :

## Une expérience qui ne manque pas de culot

Et si la santé de nos sols se mesurait... à la vitesse à laquelle un slip se décompose ?

C'est le pari un peu fou – mais très sérieux – lancé par l'ADEME (Agence de la transition écologique) à travers son expérience « Plante ton slip ». Curieux de connaître la différence de vitalité entre le sol du SITOM et notre compost, nous avons décidé de tenter l'expérience.

Le principe est simple : on enterre un slip **100 % coton** dans son jardin, son potager ou même un coin de prairie, à une profondeur d'environ 15 cm. Et on fait la même chose dans un composteur.



Deux mois plus tard, on déterre le précieux sous-vêtement... ou plutôt ce qu'il en reste !

Le résultat en dit long sur la vie du sol / du composteur : plus le slip est dégradé, plus le sol grouille de décomposeurs actifs. Un slip intact, au contraire, trahit un sol fatigué et pauvre en biodiversité.

Chez nous, le verdict est tombé. Le slip enfoui dans le composteur avait presque disparu en 55 jours. Seuls quelques morceaux d'élastique et quelques lambeaux de tissu tenaient encore bon. Une preuve que notre compost est bien vivant et regorge d'activité biologique. Bactéries, champignons et vers de terre s'y sentent manifestement comme chez eux.

Dans les espaces verts du SITOM, l'expérience a donné un résultat un peu différent : le slip enterré était moins abîmé, mais portait malgré tout les traces

du travail des micro et macro-organismes. La dégradation, un peu plus lente, reflète simplement un sol moins riche en matière organique... mais tout de même bien actif. Bref, sous nos pieds, ça bouge ! Et c'est une excellente nouvelle.

Derrière son aspect ludique, cette expérience repose sur un véritable protocole scientifique : le coton est une matière naturelle composée de cellulose, que les organismes du sol décomposent en se nourrissant. En observant le degré de dégradation du tissu, on obtient une indication simple et visuelle de la vitalité du sol.

Alors, la prochaine fois que vous apercevez un voisin creuser un trou au fond de son jardin, pas d'inquiétude : il plante peut-être son slip ! Et si vous aussi voulez tester la vitalité de votre terrain, n'hésitez pas à tenter l'expérience. En cas de résultat un peu décevant, pas de panique : un peu de compost sur votre terrain et de la vie reviendra dans votre sol.



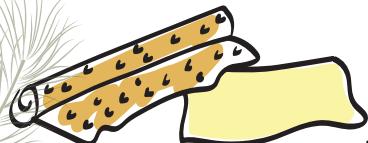
BIEN TRIER  
SES DÉCHETS DE

# Noël



FICELLE / RUBAN  
ORDURES MÉNAGÈRES

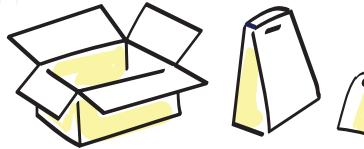
En sac poubelle dans le bac GRIS



PAPIER CADEAU

EMBALLAGES ET PAPIERS

En vrac dans le bac de tri JAUNE



EMBALLAGES EN CARTON

EMBALLAGES ET PAPIERS

À plat, en vrac dans le bac de tri JAUNE

Les gros cartons sont à déposer  
en déchèterie.



EMBALLAGES À FENÊTRES

EMBALLAGES ET PAPIERS

Séparer les matières plastique et carton

En vrac, dans le bac de tri JAUNE

## Joyeuses fêtes DE FIN D'ANNÉE

Triez-moi :  
après lecture, je  
suis à garder  
ou à déposer dans  
le bac jaune !

 **SITOM**  
des Vallées  
du Mont-Blanc

**TRI & MOI** est une publication du Syndicat Intercommunal de Traitement des Ordures Ménagères (SITOM) des Vallées du Mont-Blanc 269, rue des Egratz - 74190 Passy

04 50 78 10 48 - contact@sitom.fr

Directrice de la publication : Christèle Rebet ; Directrice de la rédaction : Isabelle Descamps ; Réalisation / Rédaction : SITOM ; Conception graphique : SITOM ; Crédits photos : SITOM, RCC

Tirage : 51 600 exemplaires distribués à la force des jambes (en cycloportage) / Imprimé sur papier 100 % recyclé par l'Imprimerie Uberti

Le SITOM remercie les membres du Comité de Communication pour leur implication.

- Chamonix-Mont-Blanc • Cohennoz • Les Contamines-Montjoie • Combloux • Cordon • Crest-Voland • Demi-Quartier • Domancy • Flumet • La Giettaz • Les Houches • Notre-Dame-de-Bellecombe • Megève • Passy • Praz-sur-Arly • Sallanches • Servoz • Saint-Gervais-les-Bains • Saint-Nicolas-la-Chapelle • Vallorcine •