VOTRE MAGAZINE LIFESTYLE QUI FAIT DU BIEN

SICOVAD

LE MAG'

N°50 - SEPT. 2026



BEAUTÉ
LE BEAU AU NATUREL

SEPTIÈME CIEL
QUAND LE QUOTIDIEN OUVRE DES PORTES INATTENDUES

RENTRÉE
CE DONT ON NE PEUT PLUS SE PASSER

TEST PSYCHO
QUEL TRIEUR ÊTES-VOUS ?

ÉDITION SPÉCIALE #50

TÉMOIGNAGES
QUAND LES ENFANTS FONT LA LEÇON AUX PAPAS !



Le sac jaune est toujours à la mode

TRIEZ BIEN, TRIEZ MIEUX

SOMMAIRE

ÉDITION SPÉCIALE #50

4 • BEAUTÉ
Le beau au naturel

5 • TÉMOIGNAGE
Quand les enfants font la leçon aux papas

6 • TEST PSYCHO
Quel trieur êtes-vous vraiment ?

7 • COUPS DE COEUR
On ne saurait vous conseiller mieux

8 • SEPTIÈME CIEL
Quand le quotidien ouvre parfois des portes inattendues

9 • SHOPPING
Les indispensables de la rentrée

10 • HOROSCOPE
Les astres du tri ont parlé

11 • À TABLE !
Comme un chef, sans rien gâcher

12 • JEU
30 places de ciné à gagner !

APPLI montri

WWW.SICOVAD.FR

Publication périodique gratuite éditée par le SICOVAD | **Directeur de la publication** : Benoît JOURDAIN - **Rédaction** : Céline BENTO, avec la participation de l'IA | **Mise en page** : SICOVAD, service communication, CB | **Crédits photo** : SICOVAD - CB, avec l'aimable participation de l'IA et des agents du SICOVAD : Chloé, agent d'accueil et ambassadrice du tri (couverture) - Chloé, Ingrid et Fatima, agents comptables (p.2) - Cyprien, Yohan et Sébastien, chauffeurs grutiers, et Lucas et William, chauffeurs/agents de collecte (p.5) - Sophie, attachée d'exploitation (p.7) - Armina, chauffeur/agent de collecte, et Laurent, agent de collecte (p.8) - Sarah, chauffeur/agent de collecte (p.9) - William, chauffeur grutier (p.11) | **Impression** : Imprimerie L'Ormont - N° ISSN : 2739-6193 | **Dépôt légal** N°1904 / novembre 2023 - Imprimé en 87 000 exemplaires.

PEFC 10-31-1260

Édito



par Benoît JOURDAIN
Président du SICOVAD

Et si, pour ce 50e numéro, on changeait un peu les codes ?

La rentrée est souvent synonyme de nouveaux départs, de bonnes résolutions… et de magazines que l'on feuillette avec l'envie de glaner quelques idées pour bien repartir. Alors, pour célébrer ce 50e numéro, nous avons eu envie de nous prêter au jeu.

Cette édition s'inspire des codes des magazines que beaucoup d'entre nous aiment feuilleter : un horoscope, un test psycho, une rubrique « Septième ciel », des coups de cœur, une recette de saison, des jeux…

À première vue, rien ne semble vraiment parler de déchets. Et pourtant…

Derrière ces clins d'œil et ce ton volontairement léger se cachent des sujets très concrets : mieux trier, réduire nos déchets, éviter le gaspillage alimentaire, donner une seconde vie aux objets ou encore adopter quelques nouveaux réflexes au quotidien. Parce qu'après tout, les bonnes pratiques méritent elles aussi d'être mises à l'honneur avec une pointe d'humour.

Pour moi, ce numéro marque également un retour particulier. Après avoir eu l'honneur de présider le SICOVAD pendant de nombreuses années, je retrouve aujourd'hui cette belle maison avec beaucoup de plaisir, porté par la même ambition : faire du SICOVAD un service public toujours plus proche de ses habitants et accompagner notre territoire dans les défis environnementaux qui nous attendent.

J'espère que cette édition anniversaire vous surprendra, vous fera sourire et, pourquoi pas, vous donnera quelques idées à partager en famille. Car les meilleurs changements sont souvent ceux qui commencent autour de la table, devant une poubelle de tri… ou grâce à une remarque pleine de bon sens lancée par un enfant.

Je vous souhaite une excellente lecture… et une très belle rentrée à toutes et à tous.

LE BEAU AU *naturel*

Moins d'emballages, plus de naturel. Cette saison, les meilleures recettes beauté ne se trouvent pas forcément en parfumerie. Avec quelques ingrédients du placard, réalisez vos indispensables de tous les jours, bons pour votre corps… et qui laissent derrière eux beaucoup moins de déchets.



2 *Tout doux*

LE RASAGE AU NATUREL

Sans mousse mais riche en actifs végétaux, ce gel maison glisse parfaitement sur la peau, limite les sensations d'inconfort et ne laisse derrière lui qu'un seul déchet : quelques poils coupés ! Mélangez 25 g de gel d'Aloe Vera bio, 4 g d'huile d'argan ou d'avocat bio, puis ajoutez 5 gouttes d'huile essentielle de menthe poivrée et 5 gouttes d'huile essentielle de romarin. Transvasez dans un flacon pompe ou un petit pot hermétique. À conserver 2 à 3 semaines à température ambiante, ou jusqu'à 30 jours au réfrigérateur.

Coût de cette portion : 1,20 € hors contenant

1 *Ultra nourrissant*

L'INGRÉDIENT STAR : L'HUILE DE COCO

Un seul produit, mille usages. Nourrissante, adoucissante et protectrice, l'huile de coco est l'indispensable des routines beauté minimalistes. Elle hydrate les pointes des cheveux en manque de douceur, répare les lèvres desséchées, se substitue à tout démaquillant et remplace à elle seule plusieurs produits du quotidien. Polyvalente, économique et sans emballage superflu lorsqu'elle est achetée en vrac ou en grand format, elle mérite une place de choix dans la salle de bains.

Prix indicatif : 5 à 8 € le pot de 250 ml.



3 *Le geste éclat*

POUR UN DÉMAQUILLAGE TOUT EN DÉLICATESSE

À parts égales, mélangez une huile d'amande douce et une eau florale. Agitez avant chaque utilisation et appliquez avec une lingette lavable. Pour les plus pressés, l'huile de coco biologique s'utilise également seule, directement sur la peau.

Prix indicatifs :
Huile d'amande douce : 6 à 10 € le flacon de 100 ml
Eau florale bio : 5 à 9 € le flacon de 200 ml





Quand les enfants font LA LEÇON AUX PAPAS !

Ils sont jeunes, voire très jeunes, et pourtant ils nous bluffent. Cinq parents du territoire nous racontent comment leurs bambins les ont remis dans le droit chemin du zéro déchet.



Cyprien,
papa d'Émilie, 8 ans
« Depuis qu'elle a découvert le compostage à l'école, impossible de se tromper ! Un jour, en jetant des épluchures dans la poubelle, Émilie m'a lancé: "Papa, ça va au compost, ça va redevenir de la terre !" Depuis, elle surveille nos gestes et nous rappelle les bonnes pratiques. Comme quoi, les meilleurs ambassadeurs du compost sont parfois les plus jeunes ! »
www.sicovad.fr, rubrique diminuer mes déchets

William,
papa de Nathan, 6 ans
« En me voyant acheter des packs d'eau, Nathan m'a lancé : "À l'école, on a appris que l'eau du robinet est bonne et qu'on jette plein de bouteilles pour rien." Impossible de lui répondre pour justifier notre pratique ! Depuis, toute la famille utilise des gourdes et une carafe. Mon dos me remercie… et Nathan est très fier de remplir sa gourde. »





Lucas, papa de Noah, 9 ans
« J'allais déposer une vieille commode en déchèterie quand Noah m'a arrêté : "Papa, elle peut encore servir ! On peut la donner ou la réparer." Nous l'avons finalement déposée dans une recyclerie. Depuis, avant de jeter un objet, toute la famille se pose la même question : "Et si quelqu'un d'autre pouvait encore s'en servir ?" »
www.sicovad.fr, rubrique carte des équipements



Yohan,
papa de Léa, 11 ans
« Léa adore la mode. Pourtant, un jour, elle m'a dit : "Papa, quand j'étais petite, tu donnais mes vêtements à mes cousins. Pourquoi, une fois adultes, on trouve ça bizarre d'acheter d'occasion ?" Elle avait raison ! Depuis, c'est elle qui m'emmène dans les friperies. Moi qui achetais toujours neuf, j'y ai trouvé de vraies pépites. »
www.sicovad.fr, rubrique carte des équipements



Sébastien, papa de Stéphane, 15 ans
« Quand mon téléphone a commencé à fatiguer, j'étais prêt à en changer. Mon fils m'a dit : "On devrait d'abord regarder s'il peut être réparé." Il m'a aidé à trouver un réparateur et j'ai profité du "bonus réparation". Finalement, j'ai gardé mon appareil plus longtemps… et découvert que réparer pouvait être plus simple que je ne le pensais. »
https://quefairedemesdechets.ademe.fr/bonus-reparation/

TEST PSYCHO

QUEL TRIEUR ÊTES-VOUS VRAIMENT ?

1. VOUS TERMINEZ UN POT DE YAOURT.
☐ **A.** Je le vide correctement et hop, dans le bac de tri.
☐ **B.** Je me demande si le couvercle va avec.
☐ **C.** Je le mets là où il reste de la place.
☐ **D.** Je le laisse sur le plan de travail. On verra plus tard.

2. VOS ÉPLUCHURES DE LÉGUMES…
☐ **A.** Direction le compost.
☐ **B.** J'aimerais bien composter mais je ne l'ai jamais fait.
☐ **C.** Elles finissent à la poubelle sans que j'y pense.
☐ **D.** Ça dépend de mon humeur.

3. AU SUPERMARCHÉ…
☐ **A.** Je prends volontiers en vrac quand c'est possible.
☐ **B.** J'y pense… après être passé en caisse.
☐ **C.** Je choisis surtout ce qui est pratique.
☐ **D.** Je n'avais jamais vraiment réfléchi à la question.

4. VOTRE BAC DE COLLECTE EST PLEIN.
☐ **A.** J'attends la prochaine collecte.
☐ **B.** J'essaie de mieux tasser les emballages.
☐ **C.** Je suis tenté de tout mettre dans le bac voisin…
☐ **D.** Je découvre qu'il fallait le sortir aujourd'hui.

5. UN VIEUX GRILLE-PAIN NE FONCTIONNE PLUS.
☐ **A.** Déchèterie !
☐ **B.** Je le garde "au cas où".
☐ **C.** Je me demande dans quel bac il va.
☐ **D.** Il disparaît mystérieusement un jour de collecte…

6. LA VEILLE DU RAMASSAGE…
☐ **A.** Mon bac est sorti à l'heure, poignées côté route.
☐ **B.** Je le sors juste avant de me coucher.
☐ **C.** J'espère que quelqu'un d'autre y pensera.
☐ **D.** Je m'en rends compte quand le camion est déjà passé.

7. IL RESTE UN PEU DE PÂTES AU RÉFRIGÉRATEUR.
☐ **A.** Parfait pour le repas de demain !
☐ **B.** Je les oublie parfois…
☐ **C.** Elles finiront sûrement à la poubelle.
☐ **D.** Ça dépend si j'ai de l'inspiration.

8. LES COUCHES, COTONS OU LINGETTES…
☐ **A.** Dès que possible, je privilégie le lavable.
☐ **B.** J'y pense mais je n'ai pas encore franchi le pas.
☐ **C.** Le jetable reste plus simple.
☐ **D.** Je ne m'étais jamais posé la question.

RÉPONSES

Vous avez une majorité de A

LE TRIEUR JEDI

Le tri n'a presque plus de secrets pour vous. Vous compostez, vous limitez les déchets, vous connaissez la déchèterie comme votre poche et votre bac est toujours sorti au bon moment. Vous êtes la personne que tout le monde appelle lorsqu'une question de tri anime le repas de famille.

• *Votre défi : transmettre vos bonnes habitudes… sans donner de cours magistral !*

Vous avez une majorité de B

LE TRIEUR DE BONNE VOLONTÉ

Vous êtes convaincu que trier est important… mais entre les bonnes intentions et le quotidien, il y a parfois un petit écart. Une information, une nouvelle habitude ou un petit déclic suffisent souvent à faire la différence.

• *Votre défi : choisir UNE nouvelle habitude ce mois-ci : compostage, vrac ou anti-gaspillage.*

Vous avez une majorité de C

LE TRIEUR INSTINCTIF

Vous faites surtout "comme ça vous vient". Certaines habitudes sont bonnes, d'autres beaucoup moins… mais rien n'est irréversible. Quelques repères simples peuvent rapidement alléger votre poubelle.

• *Votre défi : découvrir les bons gestes… ils sont souvent plus simples qu'on ne le croit.*

Vous avez une majorité de D

LE TRIEUR… EN DEVENIR !

Le tri n'est pas encore votre priorité, et ce n'est pas grave : tout le monde commence un jour. La bonne nouvelle ? Quelques gestes très simples peuvent déjà faire une vraie différence.

• *Votre défi : commencer par une seule action : sortir votre bac au bon moment, trier vos emballages ou tester le compostage. Ensuite, le reste viendra naturellement.*



ON NE SAURAIT VOUS *conseiller* MIEUX

Parce qu'un bon conseil vaut parfois mieux qu'un long discours : voici des idées, des découvertes et des bons plans pour adopter de nouveaux réflexes en toute simplicité.

1

À tester absolument

FAITES ROULER LE RÉEMPLOI

La Recyclette Tour vous donne rendez-vous en déchèterie pour découvrir le réemploi autrement : astuces, idées, dons, échanges, et multiples animations pour éviter de jeter trop vite. Pas d'excuse, venez tester le concept !
Gratuit. Dates et lieux de passage sur www.sicovad.fr



2



La bonne idée

LE LIVRE QUI DONNE ENVIE DE FAIRE DU TRI DANS SES HABITUDES

Humour, astuces et défis au fil des jours : ce guide montre qu'une famille presque zéro déchet peut surtout être une famille pleine d'idées… et de bonne volonté.
Famille presque zéro déchet - J. Pichon et B. Moret - Éditions Marabout - 8,90 €

3

L'appli qu'on aime

LE PETIT ASSISTANT QUI CONNAÎT TOUT DU TRI

L'application mobile MONTRI du SICOVAD répond à vos questions du quotidien : où jeter cet objet ? Quand sortir mon bac ? Comment mieux trier ? Pourquoi mon bac n'a pas été collecté ? Une appli pratique pour ne plus jamais rester devant sa poubelle… perplexe !
www.sicovad.fr/mon-tri

4



Le bon plan

LE RÉFLEXE ANTI-GASPI QUI CHANGE LES HABITUDES

Too Good To Go permet de récupérer les invendus des commerces à petit prix. Une façon simple de se faire plaisir tout en donnant une seconde vie aux aliments.
www.toogoodtogo.com

5



À noter dans vos agendas

LA VISITE QUI CHANGE NOTRE REGARD SUR LES DÉCHETS

Profitez d'une journée ludique pour découvrir ce que deviennent vos ordures ménagères une fois collectées. Ateliers, jeux, échanges ... et une visite exceptionnelle de l'UVE Feniix jusqu'aux portes du four !
Dimanche 20 septembre à Rambervillers, à l'occasion des Journées du patrimoine.
Gratuit. Sur inscription. www.evodia.org

Quand le quotidien ouvre parfois des PORTES INATTENDUES

On imagine souvent les rencontres amoureuses dans des lieux insolites, loin du quotidien. Et pourtant… il suffit parfois d'un trottoir, d'un mardi soir ou d'un geste banal comme sortir son bac à déchets pour que quelque chose change imperceptiblement. Et si le romantisme se cachait aussi dans les routines les plus ordinaires ?



LES MARDIS SOIRS OÙ TOUT A COMMENCÉ

Je n'aurais jamais imaginé dire un jour que notre histoire d'amour a commencé... un soir de sortie des poubelles. À l'époque, nous étions simplement deux voisins. Ceux qui se croisent de loin, se saluent d'un signe de tête poli, sans jamais dépasser le stade du "bonjour". Le mardi soir, pourtant, nos vies suivaient exactement le même rythme. À quelques minutes près, nous sortions nos bacs à ordures ménagères. Toujours presque à la même heure.

Au fil des semaines, je me suis surprise à ralentir un peu. Juste assez pour vérifier discrètement si le bac d'en face était déjà sur le trottoir. Le sien arrivait souvent quelques secondes après le mien. Ce jour-là, il m'a interpellée :

— "Ah, vous aussi vous disposez la poignée côté route ?"

Je n'ai pas su quoi répondre, surprise par le fait qu'un de mes voisins attache autant d'importance que moi à ce petit geste. Nous avons alors ri comme des enfants.

Les semaines suivantes, nous avons continué à nous croiser. Il m'a demandé si les pots de yaourt allaient bien dans le sac jaune. Je lui ai avoué que je consultais parfois les consignes de tri sur mon téléphone quand j'avais un doute. Il m'a regardée avec un air admiratif qui m'a fait sourire. Petit à petit, les conversations se sont allongées. On commençait par parler emballages, puis compost, puis météo... avant de finir par parler vacances, famille, livres, musique et projets.

Un mardi, il s'est mis à pleuvoir. Il a attrapé mon bac avant moi.

— "Je vous le ramène."

Je n'ai même pas protesté.
Depuis ce jour-là, nous avons pris une étrange habitude : sortir notre bac chacun de notre côté... et nous impatienter que le camion passe pour les rentrer ensemble et prolonger la soirée. Nos voisins pensent sûrement que nous sommes très investis dans la gestion des déchets. Ils n'ont pas complètement tort. Disons simplement que nos bacs sont devenus un excellent prétexte pour passer de bons moments. Aujourd'hui encore, lorsque le calendrier annonce une collecte, nous sourions tous les deux.

Il paraît que certains couples se sont rencontrés au travail, en vacances ou sur une application. Nous, c'était beaucoup plus sélectif.

C'était le mardi soir.
Au bord du trottoir.
Entre un bac à ordures ménagères... et une histoire qui, finalement, ne demandait qu'à être sortie.

Spéciale RENTRÉE : ce dont on ne pourra bientôt plus se passer !



1.

Le geste réemploi

LA SECONDE MAIN A TOUT D'UNE PREMIÈRE

Vêtements, meubles, vaisselle, jouets ou décoration… Les achats de seconde main permettent de dénicher des pièces uniques, de faire des économies et de prolonger la vie des objets. Une tendance qui ne cesse de gagner du terrain… et qui a tout pour durer.
Retrouvez les recycleries de proximité sur www.sicovad.fr/carte-des-equipements



2.



L'essentiel

TOUS LES PRODUITS À PORTÉE DE CLIC

Composteurs, accessoires de compostage, compost, sacs jaunes, litière végétale ... : commandez en quelques clics sur la boutique en ligne du SICOVAD, puis récupérez vos achats en Drive sur le site d'Épinal-Razimont. Pratique, rapide… et sans faire le tour des magasins !
www.sicovad.fr/boutiques

3.



Les incontournables

LES PRODUITS DE NOS GRANDS-MÈRES

Longtemps rangés au fond des placards, le bicarbonate de soude, le vinaigre blanc ou le savon de Marseille font leur grand retour. Simples, économiques et polyvalents, ces ingrédients remplacent à eux seuls une multitude de produits ménagers. La preuve que les meilleures astuces ne sont pas toujours les plus récentes.

L'évident

LE LAVABLE A TOUT BON, À PRIX MALIN

Pads démaquillants et essuie-tout réutilisables, couches et protections menstruelles lavables… Plus durables, plus économiques sur le long terme et souvent plus confortables, ces solutions transforment les petits gestes du quotidien en habitudes qui font la différence. Et en plus, le SICOVAD vous aide à vous équiper !
www.sicovad.fr

4.

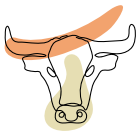
LES ASTRES DU TRI ONT PARLÉ

Découvrez ce que vous réservent les planètes du tri (presque) parfait pour Septembre !



BÉLIER

Votre énergie débordante vous pousse à agir sans réfléchir. Cette semaine, avant de jeter votre pot de yaourt, prenez une seconde pour vérifier qu'il va bien dans le bac de tri. Les astres annoncent une grande victoire : vous réussirez à ne plus ouvrir le couvercle du bac jaune quinze fois pour vérifier.



TAUREAU

Vous aimez les choses simples et durables. Excellente nouvelle : les étoiles vous encouragent à adopter les serviettes, gourdes et boîtes réutilisables. Votre portefeuille vous remerciera autant que la planète.



GÉMEAUX

Vous hésitez entre acheter un paquet de biscuits emballé trois fois ou passer au vrac. Mercure vous conseille le vrac : moins d'emballages, plus de liberté et une impression irrésistible de maîtriser votre destin.



CANCER

Votre fibre familiale est à l'honneur. Les planètes favorisent les repas improvisés à partir des restes du frigo. Une quiche « fin de semaine » pourrait même devenir la star de votre foyer.



LION

Vous aimez être remarqué. Cette semaine, ce sera grâce à votre composteur, dont tout le voisinage parlera (dans le bon sens, rassurez-vous). Les épluchures deviennent votre plus grand succès.



VIERGE

Votre sens de l'organisation atteint des sommets. Les étoiles vous voient déjà sortir votre bac la veille au soir, poignées côté route, couvercle fermé, sans dépasser l'heure réglementaire.



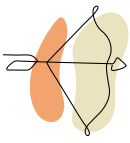
BALANCE

Vous recherchez l'équilibre. Cette semaine, vous peserez soigneusement vos achats alimentaires pour éviter le gaspillage. Les fruits un peu mûrs se transformeront en compote.



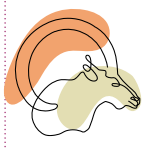
SCORPION

Votre instinct est redoutable. Il vous permettra de repérer immédiatement l'intrus dans le bac jaune : un vieux grille-pain qui cherche à se faire passer pour un emballage.



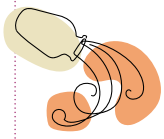
SAGITTAIRE

Aventurier dans l'âme, vous êtes prêt à explorer des territoires inconnus : ceux de la déchèterie. Une révélation vous attend devant les panneaux de tri.



CAPRICORNE

Votre rigueur est récompensée. Les astres annoncent une période favorable pour réduire vos déchets à la source. Acheter moins mais mieux devient votre nouveau superpouvoir.



VERSEAU

Toujours en avance sur votre temps, vous testez de nouvelles habitudes. Le compostage, le vrac, la réparation, le réemploi : vous êtes partout à la fois.



POISSONS

Votre imagination est sans limite. Vous trouverez mille façons de cuisiner les restes avant qu'ils ne finissent à la poubelle. Les astres vous promettent même une soupe délicieuse née d'un frigo presque vide.

COMME UN CHEF, SANS RIEN GÂCHER



Les stars de l'été ne finissent pas à la poubelle. Quand le jardin déborde de tomates et de courgettes, il suffit d'un peu de pain rassis, de quelques herbes et d'un filet d'huile d'olive pour transformer les surplus en un plat aussi généreux qu'élégant.

TIAN DE LÉGUMES DU SOLEIL, CRUMBLE DE PAIN RASSIS AUX HERBES

Les ingrédients

Pour 4 à 6 personnes

POUR LE TIAN

- 2 courgettes
- 4 tomates bien mûres
- 2 aubergines
- 1 oignon rouge
- 2 gousses d'ail
- 3 c. à soupe d'huile d'olive
- Quelques brins de thym, de romarin ou d'origan
- Sel, poivre

POUR LE CRUMBLE ANTI-GASPI

- 100 g de pain rassis
- 40 g de parmesan râpé
- Une poignée d'herbes fraîches (persil, basilic, ciboulette… même un peu fanées)
- 3 c. à soupe d'huile d'olive

La préparation

- Préchauffez le four à 180 °C.
- Coupez les légumes en fines rondelles. Émincez l'oignon et répartissez-le au fond d'un plat légèrement huilé. Disposez ensuite les légumes en les alternant, comme un jeu de couleurs. Glissez quelques lamelles d'ail entre les tranches, arrosez d'huile d'olive, salez, poivrez et parsemez de thym ou de romarin.
- Préparez le crumble en mixant le pain rassis avec le parmesan, les herbes et l'huile d'olive jusqu'à obtenir une chapelure grossière.
- Enfournez le tian pendant 35 minutes, puis répartissez le crumble sur les légumes. Poursuivez la cuisson 10 à 15 minutes, jusqu'à ce que la croûte soit bien dorée et croustillante.
- Servez tiède, accompagné d'une salade ou d'un fromage frais.

Cuisiner les restes, c'est faire plaisir à ses papilles… tout en réduisant ses déchets !

LE CONSEIL DU CHEF

"Les tomates les plus mûres sont souvent les plus parfumées. Elles rendent un peu plus de jus à la cuisson, mais c'est justement ce qui donne tout son fondant au tian. Quant au pain rassis, il apporte le croustillant que la chapelure industrielle ne pourra jamais égaler."

LES BONS GESTES ANTI-GASPI

- Le pain rassis n'est jamais perdu ! Mixé, il devient une chapelure maison, parfait pour gratins, légumes rôtis ou crumble salé.
- Les herbes aromatiques un peu flétries retrouvent toute leur saveur une fois ciselées et mélangées à l'huile d'olive.
- Les légumes très mûrs sont souvent les meilleurs en cuisson : tartes, coulis, soupes, ratatouille ou tian… ils gagnent une seconde vie pleine de goût.

JEU

Combien DE POUBELLES VOIS-TU SUR CETTE IMAGE ?

Participe en flashant ce QrCode

avant le 30/09/2026

À GAGNER 30 PLACES* DE CINÉMA



LE TRI + FACILE

** 2 places par gagnant, valables au Cinéma Majestic de Remiremont jusqu'au 31 décembre 2026.*
Règlement du jeu disponible sur www.sicovad.fr