

# Consommez autrement... pour jeter moins de déchets

Recycler et composter, c'est bien. Jeter moins de déchets, c'est mieux. Économies financières, économies de ressources naturelles. Il suffit de quelques changements dans notre façon de consommer.  
Conseils pratiques...



## Achetez en vrac ou à la coupe

(Viande, fromages, fruits, légumes, ...).  
C'est une bonne façon de limiter les emballages. Pensez-y, de nombreux fruits et légumes peuvent être directement mis dans le panier.  
Si cela est nécessaire, demandez des poches ou des sacs en papier à vos commerçants préférés.

## Buvez l'eau du robinet

Elle est très contrôlée et répond aux normes en vigueur. Vous éviterez la prolifération de bouteilles en plastique. De plus, boire l'eau du robinet coûte 300 fois moins cher !

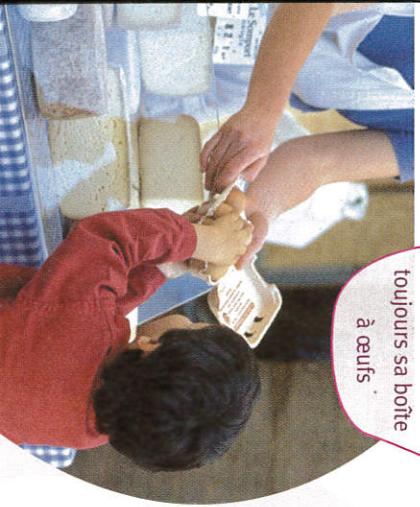


## Adoptez les écolabels

Les écolabels vous garantissent la qualité écologique des produits de leur conception à leur élimination.

## Préférez les produits à emballage simple et recyclable

À éviter la boîte de gâteaux avec film et sachet en plastique.



Au **marché**,  
petit Paul porte  
toujours sa boîte  
à œufs

## «Faites vos courses avec un cabas !»

Vous n'aurez ainsi plus besoin de sacs en plastique. Pensez-y, il faut 400 ans pour éliminer un sac en plastique utilisé en moyenne  
20 minutes.

## Choisissez les grands formats

(Briques alimentaires, boîtes de gâteaux, de céréales, ...).  
Une grande brique d'un litre de jus de fruits vaut mieux que cinq petites.

## Bannissez les produits à usage unique

(lingettes, rasoirs, gobelets, ...).  
Ils sont en fait chers et encombrant les poubelles.

## «Les fruits et les légumes ont leur saison».

Dégustez-les au bon moment, c'est vraiment meilleur (les fraises produites en serre en hiver ont peu de goût et demandent beaucoup d'énergie - chauffage, transport - et des emballages sophistiqués).

