

dans les magasins...



...J'achète moins de déchets !

Je fais attention au conditionnement de mes achats.

J'achète en grand conditionnement le riz, les pâtes, le sucre, les céréales et je dose avec un verre ou une tasse les quantités nécessaires. J'évite les portions individuelles (café, sachet de riz, fromage...)

J'achète des produits avec des emballages en carton ou en acier plutôt qu'en plastique car ils sont recyclables (par exemple les boîtes à œufs ou boîtes à café).

J'achète mes fruits et légumes au détail plutôt que préemballés et évite ainsi le suremballage. Je suis sûr de choisir la juste quantité et d'éviter le gaspillage. Même chose pour le fromage ou la charcuterie à la coupe qui sont souvent moins chers.

Je n'utilise pas de sacs en plastique jetables mais des sacs réutilisables (échangeables à vie dans certaines enseignes) ou des caisses pliables, des paniers ou cabas à roulettes.

J'achète des produits éco-conçus. A qualité égale, le produit éco-conçu minimise tous ses impacts sur l'environnement. La gamme de produits éco-conçus ne cesse de s'élargir : textiles, cosmétiques, produits d'entretien, mobiliers, accessoires de sport, papeterie... J'ai l'embarras du choix ! L'éco-conception relève encore essentiellement de démarches volontaires des entreprises. Elles sont de plus en plus nombreuses à s'engager dans le bon sens. Choisissons leurs produits !

L'ADEME a réalisé en 2009 une étude visant à comparer deux chariots, sur une sélection de produits d'usage courant pour un ménage français : un chariot de référence et un chariot " mini-déchets ".

Objectif : démontrer que réduire fortement ses déchets et ses dépenses en faisant ses courses est à la portée de tous !



Produits pour une personne en 1 an

Chariot de référence	73 kg de déchets et 1773€	
Chariot " mini-déchets "	-26 kg de déchets / -400€ à -500€	

A quantités de produit égales, et à propriétés identiques,

on économise 400€ à 500€ par an

et on produit 26kg / an de déchets en moins !

La différence de poids s'explique avec des produits comme les lingettes. Après usage et contrairement à une serpillière classique, elles deviennent des déchets.

Gestes de prévention

Quelques exemples

Je préfère les produits en vrac ou à la coupe!



Jambon, charcuterie, fromage, ...



Salades, fruits ...

Je préfère les produits en grand conditionnement



Huile, jus de fruit



Riz, pâtes,...

Je préfère les produits concentrés ou les écorecharges (et je respecte les doses)



Lessives



Nettoyants ménagers

Je préfère les produits réutilisables



Serpillère micro-fibres au lieu des lingettes pour sol gant de toilette,...