Consommer malin

En faisant nos courses en grandes surfaces, achetons malin ! On peut ainsi réduire de 26 kg sa production de déchets, tout en réalisant des économies de 400 à 500 € par an et par personne.

Mise à jour le 16 septembre 2020

Le meilleur déchet est celui que l'on ne produit pas ! Pensez-y au moment de l'achat…

Quelques astuces pour limiter vos déchets

Choisissez les produits en vrac ou à la coupe

Portions individuelles de fromage, compote en gourde, sucre emballé, biscuits en emballage individuel… Évitez les emballages inutiles. Privilégiez les fruits, les légumes, viande, poisson, charcuterie, fromage…

Astuce : quand c'est possible, collez directement l'étiquette prix sur le fruit ou le légume. Le cas échéant, pensez à réutiliser les sacs. Pour le goûter ou le pique-nique, utilisez des boîtes hermétiques et une gourde.

Préférez les grands formats

Exemples : pâtes, sucre, conserves, boissons, shampooing, gel douche…

Astuce : conservez le riz, les pâtes dans des bocaux en verre.

Privilégiez les éco-recharges et les produits concentrés

Exemples : produits d'entretien, lessive, assouplissant, produits cosmétiques, détergent lave-vaisselle…

Astuce : respectez les consignes de dosage indiquées sur l'emballage, pour les courses, n'oubliez pas le panier, le cabas ou les sacs réutilisables.

Privilégiez les produits réutilisables

Lingettes, serviettes et nappes en papier, vaisselle à usage unique… Évitez les produits jetables

Privilégiez la serpillière, chiffon microfibre, éponge, couche lavable…

Choisissez les produits rechargeables

Exemples : piles, stylos… Adoptons les écolabels. Mais aussi lessive, produits d'entretien, papier toilette... Tout en étant aussi efficaces, les produits écolabellisés apportent la garantie de leur plus faible impact sur l'environnement.

Évitez le gaspillage

Pensons à rédiger une liste de courses, c'est un bon moyen pour éviter les achats inutiles et gagner du temps.

Vérifiez les dates de péremption des produits et veillez à une bonne disposition des aliments dans le frigo. Pensez à congeler les restes ou à les accommoder.

Évitez les produits toxiques

Exemples : produits d'entretien…

Astuce : déposez les restes de produits toxiques et leurs emballages à la déchèterie.

Zoom sur les lingettes

https://www.saintbrieuc-armor-agglo.bzh/vivre-et-habiter/gerer-et-reduire-nos-dechets/agir-pour-reduire-nos-dechets/consommer-malin?