



LE RETOUR DE LA BOÎTE À LUNCH

C'est déjà la rentrée et, avec elle, le retour de la boîte à lunch. Que ce soit pour l'école ou le travail, la boîte à lunch écologique est un must ! Voici quelques trucs simples à mettre en application :

- Truc # 1** Utilisez une boîte à lunch réutilisable. Évitez les sacs à lunch en papier ou en plastique que vous n'utiliserez qu'une seule fois.
- Truc # 2** Évaluez bien vos besoins en nourriture pour ne pas gaspiller et « nourrir la poubelle ».
- Truc # 3** Évitez les aliments présentés en portions individuelles (fromages, boîtes à boire, yogourt, biscuits, etc.) qui produisent plus de déchets... et coûtent souvent plus cher.
- Truc # 4** Optez pour des contenants réutilisables pour vos sandwichs, fruits, légumes et breuvages.
- Truc # 5** Utilisez des serviettes en tissu ainsi que de la vaisselle réutilisable. Par exemple, apportez votre tasse au bureau ou utilisez des assiettes et des ustensiles durables à la cafétéria.
- Truc # 6** Cuisinez vos desserts. Vous pourrez les servir sans emballage superflu !

Ces petits gestes au quotidien permettent de réduire la quantité de déchets acheminés à l'enfouissement.

ACHETEZ LOCALEMENT

Nos aliments parcourent en moyenne 2 500 km du champ à l'assiette.

Les aliments produits localement sont généralement plus frais et nécessitent moins d'agents de conservation et d'emballage que les aliments qui nous parviennent de l'autre bout de la planète.

LES EMBALLAGES

Nous fabriquons aujourd'hui 80 % plus d'emballages qu'en 1960, soit environ 200 kg par personne par année.

En choisissant des aliments sans emballage (ou ayant le moins d'emballage possible), vous contribuez à...

- Mettre les lieux d'enfouissement au régime;
- Épargner des ressources (arbres, pétrole, minerais, eau...);
- Réduire votre consommation énergétique;
- Éviter la contamination du sol, de l'eau et de l'air.

Sources : RECYC-QUÉBEC
Laure Waridel, L'envers de l'assiette

Écocentre et Centre de valorisation des
matières résiduelles (CVMR)

15, boulevard Industriel, La Sarre
☎ 819 333-2807



Des questions?

Écrivez-nous:
bottinvert@mrcao.qc.ca

MRC d'Abitibi-Ouest

6, 8^e avenue Est, La Sarre J9Z 1N6

☎ 819-339-5671

☎ 819 339-5400

✉ mrcao@mrcao.qc.ca