



Ma liste de courses (presque) sans plastique

Le plastique est omniprésent dans les emballages et la pollution plastique augmente. Pourtant, on peut réduire sa consommation de plastique et ses déchets !

Fruits et légumes frais ou secs

Achetez-les en vrac et préférez les produits frais aux produits préparés suremballés

Fromages, charcuterie, viande, poisson :

Achetez-les à la coupe ou au poids et de préférence dans un emballage papier ou emmenez votre contenant

Yaourts / desserts : privilégier le verre, le papier ou le carton et les conditionnements grand format

Gâteaux / sucreries

Évitez les emballages fraîcheur individuels

Riz / pâtes / céréales / thé

Achetez-les en vrac ou dans un emballage cartonné ou métallique pour le thé

Évitez les sachets individuels ou sachets cuisson

Salle de bain / hygiène

Passez au savon solide et évitez le gel douche

Choisissez les coton tiges en carton

Protection hygiénique : testez la cup

Boissons

Évitez l'eau en bouteille. L'eau du robinet est de très bonne qualité en France et les bouteilles plastique sont source de pollution ;

Privilégiez le verre et les bouteilles consignées

Lessives / produits ménagers

Choisissez-les en poudre dans un emballage carton. Ou mieux, faites-le vous-même !

Vêtements

Préférez les matières naturelles car les tissus synthétiques polluent les eaux avec des fibres plastiques difficiles à filtrer

Achetez une gourde, refusez l'usage unique, pensez à votre sac de course réutilisable et triez le plastique restant. Et optez pour un masque réutilisable.

www.noplasticinmysea.org

Ne pas jeter sur la voie publique



Ma liste de courses (presque) sans plastique

Le plastique est omniprésent dans les emballages et la pollution plastique augmente. Pourtant, on peut réduire sa consommation de plastique et ses déchets !

Fruits et légumes frais ou secs

Achetez-les en vrac et préférez les produits frais aux produits préparés suremballés

Fromages, charcuterie, viande, poisson :

Achetez-les à la coupe ou au poids et de préférence dans un emballage papier ou emmenez votre contenant

Yaourts / desserts : privilégier le verre, le papier ou le carton et les conditionnements grand format

Gâteaux / sucreries

Évitez les emballages fraîcheur individuels

Riz / pâtes / céréales / thé

Achetez-les en vrac ou dans un emballage cartonné ou métallique pour le thé

Évitez les sachets individuels ou sachets cuisson

Salle de bain / hygiène

Passez au savon solide et évitez le gel douche

Choisissez les coton tiges en carton

Protection hygiénique : testez la cup

Boissons

Évitez l'eau en bouteille. L'eau du robinet est de très bonne qualité en France et les bouteilles plastique sont source de pollution ;

Privilégiez le verre et les bouteilles consignées

Lessives / produits ménagers

Choisissez-les en poudre dans un emballage carton. Ou mieux, faites-le vous-même !

Vêtements

Préférez les matières naturelles car les tissus synthétiques polluent les eaux avec des fibres plastiques difficiles à filtrer

Achetez une gourde, refusez l'usage unique, pensez à votre sac de course réutilisable et triez le plastique restant. Et optez pour un masque réutilisable.

www.noplasticinmysea.org

Ne pas jeter sur la voie publique



Ma liste de courses (presque) sans plastique

Le plastique est omniprésent dans les emballages et la pollution plastique augmente. Pourtant, on peut réduire sa consommation de plastique et ses déchets !

Fruits et légumes frais ou secs

Achetez-les en vrac et préférez les produits frais aux produits préparés suremballés

Fromages, charcuterie, viande, poisson :

Achetez-les à la coupe ou au poids et de préférence dans un emballage papier ou emmenez votre contenant

Yaourts / desserts : privilégier le verre, le papier ou le carton et les conditionnements grand format

Gâteaux / sucreries

Évitez les emballages fraîcheur individuels

Riz / pâtes / céréales / thé

Achetez-les en vrac ou dans un emballage cartonné ou métallique pour le thé

Évitez les sachets individuels ou sachets cuisson

Salle de bain / hygiène

Passez au savon solide et évitez le gel douche

Choisissez les coton tiges en carton

Protection hygiénique : testez la cup

Boissons

Évitez l'eau en bouteille. L'eau du robinet est de très bonne qualité en France et les bouteilles plastique sont source de pollution ;

Privilégiez le verre et les bouteilles consignées

Lessives / produits ménagers

Choisissez-les en poudre dans un emballage carton. Ou mieux, faites-le vous-même !

Vêtements

Préférez les matières naturelles car les tissus synthétiques polluent les eaux avec des fibres plastiques difficiles à filtrer

Achetez une gourde, refusez l'usage unique, pensez à votre sac de course réutilisable et triez le plastique restant. Et optez pour un

masque réutilisable.

www.noplasticinmysea.org

Ne pas jeter sur la voie publique