



Ma liste de course (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 si possible 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 ou le carton

Lessives / produits ménagers

Choisissez-les en poudre dans un emballage carton

Vêtements

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

Achetez une gourde, refusez les pailles, pensez à votre sac de course réutilisable et triez le plastique restant.

Pour aller faire vos courses, optez pour un masque réutilisable.

www.noplasticinmysea.org

Ne pas jeter sur la voie publique



Ma liste de course (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 si possible 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 ou le carton

Lessives / produits ménagers

Choisissez-les en poudre dans un emballage carton

Vêtements

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

Achetez une gourde, refusez les pailles, pensez à votre sac de course réutilisable et triez le plastique restant.

Pour aller faire vos courses, optez pour un masque réutilisable.

www.noplasticinmysea.org

Ne pas jeter sur la voie publique



Ma liste de course (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 si possible 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 ou le carton

Lessives / produits ménagers

Choisissez-les en poudre dans un emballage carton

Vêtements

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

Achetez une gourde, refusez les pailles, pensez à votre sac de course réutilisable et triez le plastique restant

Pour aller faire vos courses, optez pour un masque réutilisable.

www.noplasticinmysea.org

Ne pas jeter sur la voie publique