

50 GESTES SIMPLES POUR RÉDUIRE SON EMPREINTE ÉCOLOGIQUE

CUISINE

Cuisiner pour moins acheter à l'extérieur
Diminuer/arrêter la consommation de produits animaux
Acheter biologique, local et de saison
Restes de légumes en bouillon
Composter
Pellicule pour conserver mieux les aliments
Gourde/bouteille réutilisable

Tasse à café réutilisable
Contenants
Ustensiles réutilisables ou compostable
Boule à thé/French press à café
Pailles en métal, bambou, acrylique...
Essuie-tout réutilisables
Fabriquer ses éponges et chiffons

SALLE DE BAIN

Verre pour rincer le dentifrice
Mouchoirs lavables
Nettoyeur d'oreille écologique (Oriculi)
Savon et shampoing solides
Brosse à dents/cheveux en bambou
Rasoir en inox
Cotons lavables

Papier hygiénique lavable
Cup ou serviettes hygiéniques lavables
Couches lavables
Laver les vêtements quand nécessaire
Laver à froid
Sécher à l'air libre
Utiliser des balles de séchage

MAISON

Acheter de seconde main
Prêter/partager (vêtements maternité/ bébés, tenue de soirée...)
Brosse anti poil réutilisable
Fabriquer ses produits (entretien, cosmétiques...)
Tissu/sac pour emballer les cadeaux

Faire du tri et donner (moins consommer)
Jardiner
Numériser et favoriser le digital
Factures en ligne
Débrancher le matériel chargé
Dire "non" aux circulaires

ÉPICERIE/RESTAURANTS/MAGASINS

Sac d'épicerie réutilisable
Petits sacs à fruits et légumes
Acheter en vrac

Mieux consommer : ai-je vraiment besoin de cela?
Savoir dire "non" aux emballages/reçus

DIVERS

Moteur de recherche écologique
Récupérer l'eau de pluie
Se déplacer plutôt que commander

Marcher/prendre le vélo/les transports en commun/auto-partage
Rénover/réparer
Réutiliser (upcycling)