

# LES COURSES ZÉRO DÉCHET

## ÉTAPE 1 : FAIRE SA LISTE DE COURSES

Le zéro déchet c'est repenser sa façon de faire les courses en privilégiant, le vrac et les fruits et légumes de saison.  
Mais c'est aussi de l'anticipation, il est donc judicieux de préparer une liste pour se munir des contenants appropriés.

**CE QUI PEUT S'ACHETER EN VRAC** : légumes et fruits secs, féculents, thés, cafés, céréales, biscuits secs, mélange apéritif, liquides (huiles, vins, ...), produits ménagers (lessive, produits vaisselle...).

**Attention ! Pensez à tarer votre contenant avant de vous servir.**



## ÉTAPE 2 : SE MUNIR D'UN KIT DE COURSES

- Panier ;
- Cabas ;
- Sacs en tissus ;
- Sac à pain ;
- Boîtes hermétiques ;
- Bocaux ;
- Bouteilles (de préférence en verre).



## ÉTAPE 3 : TROUVER LES ENDROITS OÙ FAIRE SES COURSES

En principe, vos commerçants locaux (boucher, charcutier, poissonnier, traiteur, fromager, primeur, ...) accepteront vos contenants.

Il suffit de se présenter au rayon, de tendre vos contenants, d'effectuer votre demande et le tour est joué !

Rendez-vous sur [www.cartovrac.fr](http://www.cartovrac.fr) le site qui recense les magasins de vrac partout en France.



**ASTUCE** : donnez d'abord vos contenants avant de faire votre demande, sinon le commerçant plus rapide que la lumière aura déjà sorti un emballage !

# ADOPTEZ LES BONS GESTES !