

Voici 6 astuces pour un déjeuner zéro déchet au grand air.

Astuce 1

On prépare son matériel de pique-nique :

Le nappes jetables ou en plastique son évidemment à proscrire, on sort des armoires une nappe en tissu, une toile cirée une couverture ou un drap. Idem pour les couverts et la vaisselle. On sort des placards assiettes, couverts, verres et torchons. Et on range le tout dans un panier en osier ou un grand sac en tissu.

Astuce 2

On fait des courses zéro déchet :

On établit sa liste à partir de plusieurs recettes pour varier les plaisir. Le top serait évidemment de tout acheter en vrac et sans emballage non recyclable, au marché par exemple.

Astuce 3

On cuisine maison :

L'idéal c'est e tout préparer soi-même mais rien n'interdit d'acheter un bon pain chez le boulanger ! Les incontournables salés : salades de légumes, légumineuses ou céréales, taboulés, cakes, sandwiches. Et côté sucré : fruits entiers, en salade ou sur une brochette, tartes, etc.

Astuce 4

On met son repas dans des contenants lavables :

On se sert des torchons pour emballer le pain et les gâteaux. Et on utilise des bocaux en verre ou des boîtes hermétiques pour les salades, voire une lunch box individuelle en inox ou en bambou.

Astuce 5

On garde au frais !

On utilise une glacière garnie de poches de glaces pour y déposer les salades et un thermos ou des gourdes isothermes remplis de glaçons pour les boissons.

Astuce 6

On prend le temps de manger et de nettoyer :

Le principe du pique-nique, c'est la convivialité au grand air en famille ou entre amis... Mais on n'oublie pas de laisser l'endroit nickel. On aura bien évidemment prévu un contenant pour les épluchures que l'on déversera ensuite dans un **composteur** ou que l'on donnera aux poules !

Adoptez les gestes malins pour un pique-nique zéro déchet !



Transportez
dans un cabas ou
un sac réutilisable



Utilisez de
la vaisselle
réutilisable



Utilisez
des gourdes
et thermos



Emballer dans
des boîtes
réutilisables



Choisissez des produits
locaux et avec moins
d'emballage



Nettoyez derrière
vous et rapportez
vos déchets

PIQUE ZERO NIQUE DECHET

EN SORTIE

JETONS MOINS

EVITE LES !
PQUETS DE BISCUITS ET BONBONS
BOUTEILLES EN PLASTIQUE
SANDWICHS SOUS VIDE
PQUETS DE CHIPS
CANETTES



 TROP DE DECHETS



ZERO DECHET

ET POURQUOI PAS ?

UN SANDWICH EMBALLE DANS UN TISSU, UNE BOUTE
DES CHIPS MAISON OU DES BATONNETS DE LEGUMES
UNE SALADE COMPOSEE MAISON
UN GATEAU OU UN FRUIT



Y PENSER !

UNE SERVIETTE EN TISSU
UNE GOURDE
DES COUVERTS REUTILISABLES
UNE BOITE DE PIQUE-NIQUE



SE RENCONTRER, PARTAGER ET PRODUIRE ZERO DECHET

Conception graphique et illustrations : Simon Vigier - Service Education à l'Environnement - Ligue de l'Enseignement - F.A.L. IS

