

# Une boîte à lunch écologique ?

*Il suffit d'y penser !*

Saviez-vous qu'au Québec nous produisons assez de résidus pour remplir l'équivalent de 5 millions de sacs à ordures à CHAQUE JOUR ?

Voilà pourquoi nous vous invitons à réduire la quantité de déchets produits en vous préparant des **BOÎTES À LUNCH ÉCOLOGIQUES...**  
« zéro déchet » !

*Voici quelques trucs :*

## Truc n° 1

Évaluez bien vos besoins en nourriture pour ne pas gaspiller et « nourrir la poubelle ».

## Truc n° 2

Utilisez des contenants réutilisables pour vos sandwiches, fruits, légumes et breuvages.

## Truc n° 3

Évitez les produits présentés en portions individuelles (fromages, boîtes à boire, yogourts, sachets de biscuits, etc.) qui produisent plus de déchets... et coûtent souvent plus cher.

## Truc n° 4

Apportez une tasse, un verre, une assiette et des ustensiles durables et réutilisables. Vous éviterez ainsi de jeter des verres de styromousse, des assiettes et des ustensiles de plastique.

## Truc n° 5

Pour un café écologique : apportez votre tasse au bureau et remplacez les bâtonnets par des cuillères, les sachets de sucre par du sucre non emballé, les petits contenants de lait par de plus grands formats recyclables.

**La réduction des déchets, ça relève de petits gestes au quotidien !**

Pour nous joindre :

1 800 807-0678 (sans frais)  
(514) 351-7835 (région de Montréal)  
[www.RECYC-QUEBEC.gouv.qc.ca](http://www.RECYC-QUEBEC.gouv.qc.ca)

RECYC-QUÉBEC

Québec

