



## Quoi mettre dans ma boîte à lunch Zéro Déchet!

Une boîte à lunch Zéro Déchet est celle qui nourrit ton estomac plutôt que la poubelle!

Un lunch Zéro Déchet peut contenir:



Un sac ou une boîte à lunch réutilisables



Des ustensiles réutilisables



Des contenants réutilisables



Une serviette en tissu



Une bouteille d'eau, de jus ou de lait réutilisable et remplissable

Suffisamment de nourriture pour combler ton appétit

Un lunch Zéro Déchet ne peut pas contenir:



Un sac à lunch en papier ou en plastique



Des ustensiles jetables



Des emballages individuels



Une serviette en papier



Des emballages qui ne se recyclent pas

### Des trucs ou des astuces?

Acheter des produits en vrac ou en format familial permet de diminuer l'usage d'emballages. Les produits en portions individuelles produisent beaucoup de déchets et coûtent plus cher.

Choisir des sacs ou boîtes à lunch durables permet d'éviter de jeter quotidiennement des sacs en plastique ou en papier.

Réutiliser le même sachet (par exemple pour une pomme coupée en quartiers) pour plusieurs lunches permet de réduire la quantité d'emballages que l'on jette.