

Apolline Coupat
Zélie Cavet
5°1

CONSOMM'ACTEURS, MOBILISONS-NOUS !

Sommaire

Ceux qui consomment ... Comment consommer plus responsable ? Les solutions ... ?

1- Favoriser le vrac

2- Acheter des recharges

3- Utiliser des emballages recyclables

4- S'aider des labels pour faire les bons choix

5- Acheter des produits locaux

6- Questionner ses choix avant d'acheter

7- S'assurer que les aliments sont de saison

8- Consommer BIO

1- Favoriser le vrac

- Le vrac...cela permet de réduire les emballages plastiques
- Moins de pollution
- Limite le gaspillage
- Il faut favoriser le vrac en utilisant des sacs à vrac, des filets à provision ou des bocaux en verre...



2. Acheter des recharges



- Acheter des recharges permet d'éviter le gaspillage pour recharger des paquets vides (ex : les paquets de sucre, la farine, la lessive ...)

3. Utiliser des emballages recyclables

- Il est important de recycler ses emballages car de nouveaux emballages seront fabriqués à partir de la même matière. Cela préserve les ressources de la planète.



4. S'aider des labels pour faire les bons choix...



- On peut s'aider des labels pour trouver des aliments de qualité, respectueux de l'environnement, de nos régions ...
- Le label est un élément d'identification des aliments par un logo

5. Acheter des produits locaux...

- Acheter des produits locaux garantit qu'ils viennent de notre région ou pays.
- Cela aide les producteurs locaux.
- Cela contribue à préserver le savoir-faire.
- Cela créé des emplois.



6. Questionner ses choix avant d'acheter ...

- Questionner ses choix permet d'acheter des produits meilleurs pour notre santé, celle de notre planète et pour les agriculteurs
- Faire des achats citoyens, plus responsables
- Se questionner sur son alimentation et la provenance des aliments (pesticides, transport ...)



7. S'assurer que les aliments sont de saison...

- Pour voir si les aliments sont de saison, on peut avoir dans sa cuisine un petit calendrier sur les légumes et fruits pour chaque mois.
- Et ne pas acheter d'aliments qui ne sont pas de saison car ils sont pleins de pesticides et sont chauffés dans des serres et peut-être même importés de loin.



8. Consommer BIO



- Aller acheter des produits dans des magasins bio (ex : Biocoop, la Vie Claire, Satoriz ...)
- Regarder sa provenance
- Quitte à dépenser plus pour mieux consommer.

sitographie

<https://youmatter.world/fr/definition/consommation-responsable-definition-enjeux/>

<https://www.e-marketing.fr/Thematique/retail-1095/Breves/avenement-consommateur-responsable-345723.htm>