

# Dans ma boîte à lunch écologique



*Je choisis...*



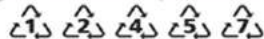
Une gourde pour  
du jus ou de l'eau



Une boîte à lunch  
réutilisable



Des contenants réutilisables en  
métal, en verre ou en plastique  
de différentes grandeurs



Des ustensiles  
réutilisables



Des serviettes  
en tissu



Des aliments en vrac et/ou grands  
formats pour les transférer dans  
des petits contenants réutilisables



Des produits locaux,  
biologiques ou équitables



**ÉCOLES ÉCOCITOYENNES**  
de l'Outaouais



# Dans ma boîte à lunch écologique



*J'évite...*

Les contenants à usage unique



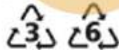
Les pellicules et sacs de plastique



De gaspiller de la nourriture



Les contenants et emballages non recyclables



Les formats individuels



*Je me mets au défi!*

De manger un repas sans viande par semaine



De cuisiner mes propres barres tendres



D'essayer un nouveau fruit ou légume



D'éviter les repas congelés



D'apporter un lunch "zéro déchet" aussi souvent que possible



**ÉCOLES ÉCOCITOYENNES**  
de l'Outaouais