

# DES IDÉES DE 1 THING À RÉALISER

---

J'arrête d'utiliser des pailles en plastique !

J'utilise un sac réutilisable !

J'abandonne le chewing-gum !

Je refuse les produits emballés dans du plastique !

Je fais moi-même mes produits ménagers !

Je bois du thé en vrac avec un infuseur que je réutilise !

J'ai toujours mon cendrier de pocher sur moi !

J'apporte ma tasse au travail et/ou dans les cafés !

Je répare plutôt que d'acheter du neuf !

J'achète d'occasion plutôt que d'acheter de nouveaux vêtements !

Je vide ma boîte mail et me désabonne pour ne plus recevoir de mails publicitaires et indésirables !

Je ne mange pas de viande au moins une fois dans la semaine !

Je soutiens les petits commerces locaux !

Je débranche mes appareils lorsque je ne les utilise pas !

Je fais mes trajets en marchant/ à vélo/ en transport en commun !

Je mange local !

Je fais sécher mes vêtements à l'air libre !