

## Fiche 21 : Traquez les dépenses cachées

11-06-2007

Évitez les emballages inutiles : préférez les produits en vrac, buvez l'eau du robinet et achetez les autres boissons en bouteilles consignées. Utilisez des sacs réutilisables ou des caisses pour faire vos courses. Achetez des produits rechargeables (produits d'entretien, etc.) et préférez les produits concentrés (entretien, lessive, etc.). Évitez de gaspiller : faites une liste avant de faire vos courses, évaluez les quantités nécessaires et n'achetez que ce dont vous avez besoin. Au magasin, vérifiez les dates de péremption des produits. Respectez la chaîne du froid (en achetant par exemple les aliments congelés en dernier). Après un repas ou une préparation, pensez à congeler le surplus. Achetez local et de saison : consommez des produits locaux et de saison, forcément plus frais et qui n'ont pas subi d'incessants transports coûteux en énergie.