

Six conseils pour utiliser moins de plastique et économiser

De petits changements à vos habitudes de consommation peuvent avoir un impact considérable sur l'environnement et votre portefeuille

Le plastique, omniprésent, est une matière très utile, mais a un effet néfaste sur l'environnement, les animaux et les êtres humains. Le plastique se décompose en microfragments qui se retrouvent partout dans la chaîne alimentaire, du [plancton](#) aux [baleines](#). Les animaux avalent le plastique ou se retrouvent pris au piège dedans, et n'oublions pas que cette matière est également nocive pour les êtres humains.

Le plastique comporte un risque de toxicité directe pour l'environnement, car il contient du [plomb, du cadmium et du mercure](#). Il est fabriqué à partir de substances cancérigènes comme le [phthalate de diéthylhexyle \(DEHP\) et le bisphénol A \(BPA\)](#), et il existe un lien direct entre le plastique et le cancer, les anomalies congénitales, les déficiences du système immunitaire et les problèmes de développement chez les enfants. En diminuant la quantité de plastique que vous consommez, vous réduirez votre empreinte écologique tout en économisant.

Siroter sans paille, ce n'est pas la mer à boire

Les Américains consomment [500 millions de pailles chaque jour](#). Oui, chaque jour! Les pailles prennent environ [400 ans à se décomposer](#) et ne se recyclent pas, ce qui signifie que toutes les pailles produites existent encore quelque part. En laissant tomber les pailles, vous épargnerez, mais si vous en avez besoin, optez pour celles qui sont en métal, en bambou (réutilisables) ou en papier.

La lutte contre les sacs

Les Canadiens utilisent entre 9 et 15 milliards de sacs en plastique chaque année. Le sac en plastique est un produit pétrolier : le pétrole contenu dans [8,7 sacs en plastique suffit pour permettre à une voiture de rouler pendant 1 km](#). Comme il faut payer la plupart du temps pour obtenir ces sacs, vous économiserez en fabriquant vos propres sacs à provisions ([voici les instructions](#)) ou en achetant des sacs réutilisables.

Achetez en vrac

Vous pouvez utiliser vos propres sacs auprès de la plupart des magasins d'alimentation en vrac. Vous éviterez ainsi d'accumuler des emballages en plastique et vous épargnerez puisque vous achèterez en vrac. Utilisez des récipients en verre : réutilisables, ils vous permettent de conserver la fraîcheur plus

longtemps, de moins gaspiller et donc, d'économiser.

Achetez moins de repas à emporter

Les repas à emporter produisent énormément de déchets. En y renonçant, vous épargnez tout en ménageant l'environnement. Gardez des couverts et des condiments au bureau. Ainsi, s'il vous arrive de consommer des repas à emporter, vous pourrez refuser les couverts en plastique et les sachets de moutarde et de ketchup offerts par les restaurants.

Finie, l'eau embouteillée

[Soixante-cinq millions de bouteilles d'eau](#) finissent à la décharge annuellement. Il n'y a [aucune preuve indiquant](#) que l'eau embouteillée est plus sûre que l'eau du robinet. Les usines d'embouteillage d'eau sont inspectées seulement une fois tous les trois ans, alors que l'eau municipale est testée avant et après son traitement. Comme l'eau embouteillée coûte de [240 à 10 000 fois](#) plus que l'eau municipale, vous pouvez économiser en consommant l'eau du robinet. Si la qualité de l'eau du robinet chez vous vous inquiète, procurez-vous un filtre à eau, au lieu d'acheter de l'eau en bouteille.

Solutions rapides

- Conservez vos restes dans des récipients en plastique ou utilisez des emballages à la cire d'abeille au lieu de la pellicule de plastique afin d'épargner et de réduire votre consommation de plastique.
- À moins que vous n'achetiez que des petits fruits ou légumes comme des pois ou des légumineuses, évitez les sacs en plastique offerts au comptoir des légumes. Vous pouvez vous en passer ou vous procurer des sacs réutilisables en filet pour vos fruits et légumes.
- Achetez une tasse à café réutilisable pour épargner : la plupart des cafés-restaurants offrent une réduction de prix au client qui souhaite être resservi.
- Vous rasez-vous? Remplacez les rasoirs jetables par ceux qui viennent avec des lames de rechange.
- Optez pour des brosses à dents en bambou.

Source URL (modified on 09/07/2017 - 10:19):

<http://ecovie.banquescotia.com/six-conseils-pour-utiliser-moins-de-plastique-et-%C3%A9conomiser/1776>