



Mes premiers pas Zéro déchet

avec Betty m



Niveau 1

- Je passe à la cup et/ou aux serviettes hygiéniques lavables
- Je passe à la brosse à dents en bois et au dentifrice solide
- Je m'équipe d'une gourde solide
- J'ai maintenant des serviettes de table lavables
- J'ai un lot conséquent de mouchoirs en tissu
- Je m'entraîne à nouer un Furoshiki
- Je limite l'utilisation du sèche-linge
- Je mets un autocollant "Stop Pub" sur ma boîte aux lettres
- Je nettoie ma maison au vinaigre blanc
- Je ne sors pas de chez moi sans mon sac réutilisable
- Je m'équipe de disques lavables pour me démaquiller
- Je fais pipi sous la douche (gros kif)

Niveau 2

- J'ai remplacé le gel douche par du savon ou du gel douche en vrac
- Je limite les achats impulsifs
- J'achète un max d'occasion
- J'achète autant que possible français et local
- J'offre des cadeaux immatériels
- J'ai abandonné les capsules jetables pour une alternative zéro déchet



Niveau 3

- J'ai remplacé le papier WC par des lingettes lavables
- Je me déplace principalement à pied ou à vélo
- Je cuisine un maximum mes repas et goûters
- J'ai diminué drastiquement ma consommation de viande
- Je suis équipée de bocaux et j'achète un max en vrac



» love «