

# LES COURSES

(alimentaires et non-alimentaires)



## Pourquoi penser à la prévention des déchets lorsque l'on fait ses courses ?

L'acte d'achat est un des facteurs conditionnant la production de déchets. En maîtrisant ses achats, il est possible de prévenir fortement la production de déchets.

### La réflexion sur ses besoins

**Objectif : limiter les achats inutiles**

**Comment ?**

- ✓ Le point essentiel est de prévoir ses achats à partir d'une réflexion sur ses besoins essentiels : préparer une liste de courses est un moyen efficace pour définir ses besoins et acheter des produits en conséquence.
- ✓ Réfléchir à la quantité de produits nécessaires et, pour les denrées périssables, regarder les dates de péremption (cf fiche « gaspillage alimentaire »).
- ✓ Certains produits ne sont que rarement utilisés, comme le gros outillage. Dans ce cas, évaluer ses besoins et envisager de louer l'objet ou de le partager plutôt que de l'acheter (voir fiche « biens d'équipement »).

### Le choix des produits

**Objectif : limiter la sur-consommation de ressources nécessaires pour produire des biens, en particulier les ressources non renouvelables**

**Comment ?**

→ *Pour les produits non-alimentaires :*

- ✓ Éviter les produits à usage unique : lingettes, mouchoirs jetables, rasoirs jetables, couverts jetables, couches jetables... (cf fiches « hygiène et santé » et « avec un bébé »). Lorsque l'utilisation de produits à usage unique est inévitable, privilégier les produits éco-conçus (incorporant des matières recyclées, des produits utilisant moins de ressources pour leur production que d'autres de la même gamme, des produits recyclables). Privilégier les produits à longue durée de vie (voir la fiche « La durée de vie des produits »).
- ✓ Opter pour des produits avec un écolabel (Ecolabel Européen, Ecolabel Nordique ou Ange bleu. Pour plus de précisions, voir la fiche « écolabels »).



→ *Pour les produits alimentaires :*

- ✓ Opter autant que possible pour des produits avec un logo environnemental, comme les logos AB français et européens pour les produits issus de l'agriculture biologique ou les logos HVE (Haute Valeur Environnementale) ou Pêche Durable pour les produits de la mer).



- ✓ Privilégier les fruits et légumes de saison et issus de circuits courts.

### **Le choix des emballages**

**Objectif : limiter les emballages et « sur-emballages »**

**Comment ?**

Sur le lieu de vente, pour réduire les déchets d'emballages, privilégier :

- ✓ les produits avec Ecolabel Européen (critères sur les emballages et sur la performance des produits)
- ✓ les produits concentrés (assouplissant, lessive, détergents...), en respectant les dosages donnés par le fabricant,
- ✓ les éco-recharges (lessive, savon liquide, détergent multi-usages...)
- ✓ les produits sans emballage sur-dimensionné
- ✓ les produits dénués de sur-emballage inutile
- ✓ les produits présentés en grande contenance (en vérifiant que tout pourra être utilisé avant la date de péremption le cas échéant)
- ✓ les produits qui permettent de transporter d'autres produits sans emballage supplémentaire (gourdes, thermos, boîtes, bocaux)
- ✓ les produits en vrac, ou encore achetés « à la coupe » (emballés sur place, mais sans suremballage), en apportant ses propres contenants réutilisables

### **Le transport des achats**

**Objectif : limiter les sacs à usage unique, en particulier en plastique, et les transports à fort impact carbone**

**Comment ?**

Choisir, dans la mesure du possible, des magasins proches de chez soi ou sur un de ses parcours habituels.

- ✓ Optimiser ses circuits de courses et choisir les transports en commun ou le vélo
- ✓ Au quotidien, penser à emporter un sac réutilisable. Laisser systématiquement dans sa voiture un (ou des) sac(s) prêt(s) pour les achats, prévus ou non. En ville, mettre dans son sac à main ou son sac à dos un sac pliable réutilisable.
- ✓ Pour les courses plus importantes, il est possible d'utiliser un caddie à roulettes, un sac à dos, des sacs réutilisables proposés par les distributeurs, des cagettes pliables...

#### **Bon à savoir :**

*Depuis le 1<sup>er</sup> juillet 2016, les sacs de caisse en plastique à usage unique sont interdits, de même que, depuis le 1<sup>er</sup> janvier 2017, les autres sacs en plastique à usage unique, sauf, pour ces derniers, s'ils sont composés de matières biosourcées et s'ils sont compostables en compostage domestique.*

*Pour plus d'informations sur ces interdictions, consulter l'article 75 de la loi biodiversité et son décret d'application sur le site Legifrance :*

*[https://www.legifrance.gouv.fr/affichTexteArticle.do;jsessionid=A64E4C191BC04DCD03DCCE8E6549D0C3.tpdila14v\\_1?](https://www.legifrance.gouv.fr/affichTexteArticle.do;jsessionid=A64E4C191BC04DCD03DCCE8E6549D0C3.tpdila14v_1?)*

*[idArticle=JORFARTI000031044674&cidTexte=JORFTEXT000031044385&dateTexte=29990101&categorieLien=id](https://www.legifrance.gouv.fr/affichTexteArticle.do;jsessionid=A64E4C191BC04DCD03DCCE8E6549D0C3.tpdila14v_1?idArticle=JORFARTI000031044674&cidTexte=JORFTEXT000031044385&dateTexte=29990101&categorieLien=id)*

*[https://www.legifrance.gouv.fr/affichTexteArticle.do;jsessionid=A64E4C191BC04DCD03DCCE8E6549D0C3.tpdila14v\\_1?cidTexte=JORFTEXT000032319878&dateTexte=20160331&categorieLien=cid#JORFTEXT000032319878](https://www.legifrance.gouv.fr/affichTexteArticle.do;jsessionid=A64E4C191BC04DCD03DCCE8E6549D0C3.tpdila14v_1?cidTexte=JORFTEXT000032319878&dateTexte=20160331&categorieLien=cid#JORFTEXT000032319878)*

*[cidTexte=JORFTEXT000032319878&dateTexte=20160331&categorieLien=cid#JORFTEXT000032319878](https://www.legifrance.gouv.fr/affichTexteArticle.do;jsessionid=A64E4C191BC04DCD03DCCE8E6549D0C3.tpdila14v_1?cidTexte=JORFTEXT000032319878&dateTexte=20160331&categorieLien=cid#JORFTEXT000032319878)*

#### **Pour aller plus loin :**

Site internet de l'Agence de l'environnement et de la maîtrise de l'énergie (ADEME), rubrique

« Achats » :

<http://www.ademe.fr/particuliers-eco-citoyens/achats>

Guide ADEME « Consommer mieux » : <http://www.ademe.fr/consommer-mieux>

Guide ADEME « Manger mieux, gaspiller moins » :

<http://www.ademe.fr/manger-mieux-gaspiller-moins>

Rubrique ADEME pour bien manger en respectant l'environnement :

<http://www.ademe.fr/particuliers-eco-citoyens/achats/bien-manger-respectant-lenvironnement>

Rubrique et guides ADEME les éco-labels et logos environnementaux :

- rubrique internet sur les éco-labels : <http://www.ecoresponsabilite.ademe.fr/n/les-eco-labels/n:319>

- guide pratique sur les logos environnementaux : <http://www.ademe.fr/logos-environnementaux-produits>

- mémo des logos environnementaux : <http://www.ademe.fr/sites/default/files/assets/documents/memo-logos-environnementaux.pdf>

- fiche sur l'Ecolabel Européen : <http://www.ademe.fr/ecolabel-europeen-l>

- guide sur les étiquettes environnementales : <http://www.ademe.fr/etiquettes-environnementales>

Site internet [www.mescoursespourlaplanete.com](http://www.mescoursespourlaplanete.com), financé par l'ADEME

Site comparateur d'achats soutenu par l'ADEME : <http://www.guidetopten.fr/>