

10 GESTES FACILES POUR UN PIQUE-NIQUE 10:10

Glissez-moi dans votre panier !

Pique-niquer en plein air et en pleine nature, quel bonheur !

Et si en plus votre pique-nique est neutre en carbone, c'est encore mieux.

Pour vous accompagner dans votre démarche **10:10** et vous aider à réduire vos émissions, voici quelques idées simples à mettre en pratique et à diffuser !

1 Grignotez malin

Privilégiez les produits bio, de saison et locaux. Apporter du pâté dans un bocal en verre, de la salade, des pommes et des gateaux bio, des tomates-cerises françaises et de délicieuses friandises bio.

2 Oubliez les produits transformés

Concoctez vous même tartes, quiches, salades et gâteaux. C'est plus sympathique d'apporter un plat qui fera plaisir à vos amis et de prendre le temps de le réaliser vous-même. Vous verrez, il n'en restera pas une miette !

3 Des chips responsables

Regardez bien la liste des ingrédients indiqués sur les paquets de chips ; privilégiez les marques qui font mention d'huile d'olive ou de tournesol pour éviter les huiles végétales ou de palme. Les plantations d'huile de palme sont responsables de beaucoup de déforestation et d'émissions de CO₂.

4 Invitez des gourdes

Chacun sa gourde et surtout pas de bouteille en plastique ! Avoir sa propre gourde ou son thermos, c'est quand même plus agréable que de boire dans une vulgaire bouteille en plastique qui nécessite le quart de son volume en pétrole.

5 Faites prendre l'air à vos torchons et serviettes

Oubliez le papier aluminium et emballez vos mets avec un beau torchon à carreaux ou une serviette en tissu. Ceux-ci pourront remplacer le sopalin pour vous essuyer les mains en fin de repas.

6 Venez en vélo

Choisissez un lieu de pique-nique où vous pourrez vous rendre en vélo, en train de banlieue, ou en cumulant les deux. Et pensez proximité, il y a là une occasion pour découvrir les parcs et jardins de votre ville. Profitez-en pour faire une promenade entre amis ou une balade digestive.

7 Evitez la vaisselle jetable

Proscrivez définitivement la vaisselle jetable. Rappelez-vous que tout ce qui doit être manufacturé émet du carbone et qu'un usage unique signifie dépense et gaspillage.

8 Ne laissez pas de traces

Pensez à vous munir de récipients ou sacs poubelles pour récupérer tous les déchets en fin de repas. Amis fumeurs, si vous ne pouvez pas vous passer de vos cigarettes pensez à vous procurer un cendrier de poche.

9 Donnez

Si vous avez apporté des produits en gros, et qu'il vous reste pas mal de choses en fin de pique-nique, pourquoi ne pas en faire don à des personnes nécessiteuses ? Vous éviterez ainsi le gaspillage et rendrez service.

10 Agir rend heureux

Profitez pleinement de ce temps avec votre famille et vos amis ; faites des jeux de société, discutez, échangez sur le thème du changement climatique...

Le bonheur est écolo : vous le verrez en vous lançant dans l'aventure 10:10.

**Vous avez d'autres idées de gestes faciles à réaliser ?
Faites nous en part sur www.1010.fr**

POUR + D'INFO

www.1010.fr

