



AREQ  Île de Montréal
CSQ



Charte citoyenne d'engagement à la réduction *

Dans le respect de mes limites, de mes proches et des travailleurs et bénévoles qui m'offrent des services, je m'engage à :



À la maison

- Utiliser les services de collecte et de récupération disponibles. Utiliser l'application « [Ça va où ?](#) » de RECYC-QUÉBEC pour savoir comment trier mes déchets.
- Composter ou participer à la collecte des matières organiques.
- Instaurer des journées sans viande et expérimenter de nouvelles recettes végétariennes.
- Réduire le gaspillage alimentaire : organiser mon réfrigérateur et mon garde-manger afin de connaître l'inventaire de mes aliments, et planifier mes repas.



Au magasin

- Effectuer seulement des achats nécessaires et réfléchis. Ne pas céder à la tentation des publicités de soldes et autres aubaines en cours. Acheter par besoin.
- Favoriser les entreprises et produits locaux (lepanierbleu.ca). Privilégier les aliments locaux.
- Apporter un sac réutilisable et acheter en vrac : aliments secs, fruits et légumes, savons et détergents, etc. Si le vrac n'est pas accessible, choisir les emballages réutilisables ou recyclables.



Lors des sorties et événements

- Réduire les cadeaux physiques : offrir du temps personnel et des activités.
- Refuser les articles jetables et utiliser des sacs, ustensiles, plats, pailles, bouteilles et linges réutilisables. Limiter l'utilisation d'articles jetables dans les fêtes et événements.



En général

- Favoriser les transports actifs (vélo, marche, planche à roulettes...), communautaires (bus, métro, train...) ou partagés (autopartage, covoiturage...) aux dépens de la voiture.
- Limiter les envois massifs et supprimer les courriels, photos et vidéos inutiles.



Signé par : _____

Date : ____/____/____

*Ce document a été adapté pour les membres de l'AREQ-Montréal

Visez la réduction, partagez vos actions !



SORT OR