

## ZOOM SUR NOS DÉCHETS

## Trois gestes simples pour un pique-nique écolo



**CINDY ROUSSELLE**  
Compo-Haut-Richelieu  
Collaboration spéciale

Le beau temps est de retour, et avec lui, les repas en plein air : pique-niques au parc, lunchs sur la route ou dîners en sortie. Mais qui dit repas à l'extérieur dit aussi risques de déchets superflus. Voici trois gestes simples pour profiter de vos repas sous le soleil tout en réduisant votre impact environnemental.

#### PRÉPARER PLUTÔT QU'ACHETER

Dans un monde idéal, pour limiter au maximum les emballages, rien de mieux qu'un petit moment « popote » avant de partir à l'aventure : sandwiches, salades de pâtes, crudités, collations et desserts maison. Le tout, bien sûr, dans des contenants réutilisables accompagnés d'ustensiles lavables.

Pour gagner du temps, préparez

certains éléments en grande quantité à l'avance et congelez-les : poulet cuit, muffins, biscuits, etc. Vous pouvez aussi ajouter à votre menu quelques fruits ou légumes entiers comme des pommes, des carottes ou des concombres : sains, sans emballage et prêts à croquer.

Cela dit, la réalité est qu'on n'a pas toujours le temps de tout faire soi-même. Dans ce cas, vous vous tournerez peut-être vers des mets préparés ou des produits d'épicerie pratiques.

#### MINIMISER LES EMBALLAGES

Pour rester écolo, privilégiez les aliments en vrac ou ceux qui ont le moins d'emballage possible. Vous avez sans doute déjà ouvert un produit et eu l'impression de jouer avec une poupée russe : pellicule plastique, boîte de carton, plastique intérieur... C'est ce qu'on appelle le suremballage. Pour y remédier, choisissez les formats familiaux ou les produits en vrac, puis répartissez vos portions dans

des contenants réutilisables.

En complément, gardez toujours sous la main un petit kit zéro déchet : sac réutilisable, ustensiles en métal ou en bambou, serviette en tissu et petit pot pour les restes. C'est léger, pratique et ça évite bien des déchets inutiles.

Et n'oubliez pas votre gourde réutilisable : elle remplace avantageusement les bouteilles jetables et peut se remplir dans les nombreuses fontaines publiques désormais accessibles dans les parcs et les lieux touristiques.

#### BIEN TRIER SES DÉCHETS

Une fois l'estomac bien rempli, c'est le moment de disposer des déchets. Si des équipements de tri pour les matières organiques sont à votre disposition, utilisez-les comme à la maison pour vos croûtes de sandwich et autres restes alimentaires. Assiettes de carton, pailles de papier, ustensiles en bois? Ils vont aussi dans le bac brun!



Image gracieuseté de Compo-Haut-Richelieu

pique-nique

Pour le reste qui n'est pas compostable, pensez au recyclage. Depuis la modernisation de la collecte sélective en janvier 2025, il n'est plus nécessaire de chercher le fameux logo de recyclage (le triangle formé de trois flèches, aussi appelé ruban de Möbius) sur les contenants et les emballages de plastique : ils sont tous acceptés

dans le bac de récupération!

Pas d'équipements de tri sur place? Pas de souci : ramenez vos déchets et triez-les dès que vous en aurez l'occasion.

Vous avez des suggestions de sujets pour cette chronique? Écrivez-nous à [cindy.rousselle@compo.qc.ca](mailto:cindy.rousselle@compo.qc.ca).