

Journée sans déchet

Cher parent, cher tuteur,

Dans un effort visant à impliquer les élèves dans de petites initiatives environnementales qui peuvent avoir un impact important, notre classe participe à la journée du **Défi Sans Déchet** qui aura lieu le vendredi 27 octobre 2017

Les repas scolaires représentent une source majeure de déchets en Ontario, avec une moyenne de 30 kilogrammes au total de déchets par élève et par année scolaire, soit une moyenne de 8 500 kg de déchets par école et par an.

Pour cette journée, nous vous encourageons alors à aider votre enfant à préparer un repas sans déchets. Nous souhaitons que cette initiative puisse :

- Sensibiliser les élèves à l'importance de la réduction des déchets.
- Encourager l'utilisation de contenants de plastique réutilisables;
- Encourager les élèves à prendre des repas sains et nutritifs (bon nombre d'aliments préemballés contiennent des quantités importantes de sodium, de sucre et d'agents de conservation);

Vous aimeriez connaître des trucs pour préparer des repas plus écolos? N'hésitez pas et prenez quelques minutes pour consulter le site Internet suivant:

<http://www.mamanpourlavie.com/alimentation/repas--lunchs-et-collations/11683-10-trucs-pour-un-lunch-plus-ecolo.shtml>

<http://blog.wwf.ca/fr/2012/09/20/la-boite-a-lunch-sans-dechets-tout-un-defi/>

<http://www.ecoquartiers.org/documents/Quoi%20mettre%20dans%20ma%20boite%20a%20lunch%20zero%20dechet.pdf>

Merci à l'avance de votre appui et participation à cette initiative du CEPEO.

“Agir pour l'avenir!”

Cordialement,

ASTUCES DE PRÉPARATION DE REPAS SANS DÉCHETS

- Apprenez aux enfants à préparer leur repas avec des aliments sains.
- Préparez uniquement la quantité nécessaire.
- Utilisez un sac/une boîte-repas réutilisable pour transporter le repas.
- Utilisez une bouteille réutilisable pour les boissons : c'est moins cher et les enfants peuvent garder de la boisson à consommer plus tard.
- Si vous choisissez d'utiliser un récipient à usage unique, veillez à ce qu'il soit recyclable dans l'école de votre enfant.
- Mettez les sandwichs, muffins, etc. dans des récipients de type Tupperware au lieu d'utiliser des sacs en plastique. Étiquetez tous les récipients pour avoir plus de chance de les voir revenir.
- Évitez les portions individuelles pré-emballées de collations.
- Mettez des serviettes réutilisables dans la boîte-repas de votre enfant.
- Préparez des plats plus conséquents au moment du souper et utilisez les restes pour le dîner. Gagnez du temps le matin en préparant le repas la veille au soir et en le mettant au réfrigérateur.

Recommandé	À éviter
Boîte repas RÉUTILISABLE	ÉVITER les sacs en papier ou plastique
Récipient RÉUTILISABLE (Tupperware, plastique)	ÉVITER le film étirable, le papier d'aluminium, le papier ciré ou la mousse' de polystyrène
Bouteille ou thermos RÉUTILISABLE	ÉVITER les récipients à usage unique
SERVIETTE EN TISSU à laver et réutiliser	ÉVITER les serviettes en papier
COUVERTS à laver et réutiliser	ÉVITER les fourchettes/cuillères en plastique
Collations-SANTÉ!	ÉVITER les collations avec suremballages

