



Je passe au vrac

LOCAL · BIO · VRAC

La vente en vrac, c'est pouvoir acheter ses produits, alimentaires et non-alimentaires, sans emballage, en quantité désirée, dans des contenants réutilisables ou consignés.

Le vrac, ce n'est pas que supprimer le contenant, cela va bien au-delà ! En achetant vrac, on achète généralement plus local et très souvent des produits de l'agriculture biologique.

Pourquoi ?

RÉDUIRE LES EMBALLAGES

Le vrac permet d'agir sur la quantité d'emballages produits, de réduire l'utilisation de ressources et de limiter les pollutions dans les océans, la nature...

LE PRIX JUSTE POUR DES PRODUITS DE QUALITÉ

Acheter vrac, local et de saison permet d'économiser entre 25 et 40% à produit équivalent : pas de quantité imposée, pas d'emballage, prix de production limité, moins d'intermédiaires. Et les producteurs reçoivent une juste rémunération.

ZÉRO GASPILLAGE

Chaque Belge jette 345 kg de nourriture par an. Le vrac permet d'acheter la juste quantité, donc de réduire le gaspillage alimentaire.

PROCHE DE CHEZ MOI

Plus de 200 points de vente en Wallonie et à Bruxelles où acheter tout ce dont vous avez besoin pour votre quotidien, en vrac. Des commerçants proches de vous qui sélectionnent des produits majoritairement en circuit court, bio et sans emballage.

Comment ?

Suivez le guide ! Et embarquez dans votre nouvelle vie en vrac grâce à 6 étapes faciles à mettre en place.

Vous trouverez aussi des **astuces** et des **conseils** pour vous accompagner dans cette transition.

1

COMMENCEZ « FACILE »



Pour vos premiers pas, sélectionnez les produits que vous allez remplacer. Les **produits secs** (pâtes, riz, farine, sucre, sel, épices...) ou les **fruits et légumes** se trouvent facilement en vrac.

2



FAITES DE LA PLACE

Le vrac permet d'acheter le nécessaire. Fini les stocks de conserves qui périment au fond des tiroirs ou les sachets de biscuits desséchés.

Petit à petit, videz vos tiroirs et armoires, vous y verrez plus clair grâce à vos denrées en vrac dans vos beaux bocaux !

3



LE KIT DE DÉMARRAGE

Munissez-vous de quelques «outils» essentiels pour stocker et transporter vos aliments.

Quelques bocaux suffisent pour commencer : 2 grands, 2 moyens et 2 petits. Ou préférez les sacs en tissus, légers et pratiques, vous les transvasez dans vos bocaux de retour à la maison.

4



FAITES VOTRE LISTE DE COURSES À L'AVANCE

Les rayons de votre magasin vrac peuvent paraître différents, **demandez conseil** à votre commerçant.e, qui se fera un plaisir de vous vous accompagner dans cette nouvelle aventure.

5



PESEZ VOS CONTENANTS

Faites la « tare » de vos contenants avant de les utiliser : posez votre bocal vide sur la balance prévue à cet effet et collez l'étiquette ou notez le poids. Votre commerçant.e déduira le poids indiqué à la caisse. **Vous payez uniquement ce que vous avez pris !**

6



ET ENSUITE ?

Félicitations ! La suite c'est à vous de l'écrire. **Goûtez de nouveaux aliments** en vrac, **amusez-vous** avec de nouvelles recettes, **testez de nouveaux produits...**

Au fur et à mesure, vous élargirez vos possibilités et vous ne pourrez probablement plus vous en passer.

Mémo :

MES COURSES EN VRAC

CHECK-LIST POUR DES COURSES EN VRAC AU TOP !

- ✓ Je repère les commerçants près de chez moi.
- ✓ Je prépare ma liste de courses : produits et quantités.
- ✓ Je prends suffisamment de contenants (propres) adaptés à mon moyen de transport (bocaux, boîtes, sacs à vrac).
- ✓ Je tare mes contenants.
- ✓ J'utilise les bons ustensiles à disposition pour me servir : pinces, pelles, gants...
- ✓ Je prends la juste quantité.
- ✓ J'étiquette mes produits ou j'utilise les contenants fournis sur place.
- ✓ Je ramène mes contenants consignés et je récupère le montant de la consigne.
- ✓ À la maison, je conserve mes produits dans de bonnes conditions (contenant hermétiques, lumière, chaleur...).
- ✓ Je m'inspire des recettes/tutoriels de mes commerçants et je me fais plaisir.

Je passe
au vrac
LOCAL · BIO · VRAC

Une initiative de



Avec le soutien de

