



Marre de jeter votre argent à la poubelle? Relevez le défi 21 jours sans gaspillage!

Par [Liza De Wilde](#) | 01 Oct 2018 | [Actu](#)



Vous en avez marre de jeter, mais vous ne savez pas comment vous y prendre pour réduire votre gaspillage alimentaire? L'ASBL Nurtantio Projects a créé le *Just Keep It Challenge* afin de vous guider pas à pas vers un mode de vie plus écoresponsable.

Du 1^{er} au 21 octobre, l'ASBL Nurtantio Projects organise en Belgique le *Just Keep It Challenge*. Chaque jour, des petites actions vous seront proposées afin de vous aider à changer votre façon de consommer.

21 JOURS POUR DIRE STOP AU GASPILLAGE ALIMENTAIRE

En Belgique, chaque personne gaspille en moyenne 345 kilos de nourriture par an. Un chiffre affolant quand on sait que la pauvreté ne cesse d'augmenter. Préoccupées par cette inquiétante réalité, Marie-Louise Bruyère et sa fille Yoneko Nurtantio, auteures du livre à succès « *Zéro gaspi! La méthode pour jeter moins et vivre mieux* », ont développé des astuces visant à réduire le gaspillage alimentaire. Ces astuces, elles les partagent avec vous dans le cadre du défi *Just Keep it*.



LE CHALLENGE JUST KEEP IT

Pendant 21 jours, les personnes inscrites recevront quotidiennement une info et un geste simple à réaliser. Chacune de ces actions a été mise en place par Marie-Louise Bruyère et sa fille Yoneko Nurtantio, dont la famille épargne dorénavant 5000 euros par an en appliquant cette méthode. Ce challenge est soutenu par la VUB Social Entrepreneurship Chair et FoodWIN et a décroché le prix du Meilleur Business Plan (Solvay Business School VUB) en février 2018.

COMMENT PARTICIPER?

Le challenge est entièrement gratuit. Pour y participer, il vous suffit de liker la page [Facebook](#) relative au challenge. Si vous n'avez pas Facebook, vous pouvez également vous recevoir toutes les astuces par e-mail via [ce lien](#). Petit plus: l'ASBL organise un concours qui permettra aux plus motivés de remporter des cadeaux offerts par [Kazidomi](#), les librairies Club et Larousse!

Marre de gaspiller? Ceci pourrait également vous intéresser

- o [7 astuces pour réduire les déchets dans votre cuisine](#)
- o [10 astuces pour réduire les déchets dans la salle de bains](#)
- o [Vu sur Instagram: la pollution des océans mise en images](#)

Lire l'article en version originale :

<https://www.femmesdaujourd'hui.be/actu/marre-de-jeter-votre-argent-la-poubelle-relevez-le-defi-21-jours-sans-gaspillage/> (consulté le 03/10/2018)