

**Texte à trous. Complétez le texte suivant avec les mots /du vocabulaire des déchets/ manquants.**

*bouteilles plastiques – canettes – collecter – déchets – environnement – gants – incivilité – jettent – mégots – ramasser – récoltés - sacs poubelle – sale*

Depuis quelques mois, partout dans nos villes, les joggeurs ont ajouté un geste, cette flexion à leur course. Le but: courir et ..... des ....., à l'initiative de ce Nantais qui a popularisé cette tendance scandinave, le plogging, contraction de *plocka* ..... en suédois et jogging.

- Oui, là par exemple il y a plein de ....., c'est quand même mieux dans mon sac que par terre.

Le partage sur une application en a fait une mode, chaque mois 20 tonnes sont ..... par cinquante mille membres dans le monde.

/.../

Régulièrement, l'association Run Eco Team de Paris fait découvrir cette nouvelle pratique, l'occasion pour cette néophyte de s'initier.

- J'agis pour la planète et en plus, je fais mon sport, quoi.

Un run écologique commence toujours ainsi : distribution de ..... et de .....

- Il ne s'agit pas de ramasser tous les déchets, si c'est trop lourd, si c'est trop coupant, trop encombrant, trop ....., vous laissez. Il ne s'agit pas de se blesser, de s'incommoder.
- J'aime la nature, j'aime le running, autant ramasser et faire un geste pour la planète.

Direction le Canal de l'Ourcq, haut-lieu des fêtes parisiennes en tout genre et de l' ..... sous forme de mégots, ..... et .....

- Il suffit de se baisser, j'essaie de faire ce genre de fentes pour faire un peu sportif, mais il suffit vraiment de se baisser, ce n'est vraiment pas compliqué.

Mais la masse de déchets oblige à ralentir le pas.

- Paris est sale, les gens sont sales, ils ..... tout n'importe où et ils ne font pas attention à notre .....
- Soit on compte en nombre de sacs à la fin de notre run, soit quand on n'a pas d'appareil à peser, on essaie d'estimer effectivement le poids qu'on a ramassé.

Ce jour-là, les 22 ploggeurs ont collecté 50 kilos de déchets sur un parcours de 9 kilomètres, soit 2 kilos par personnes, à ce rythme-là, forcément, plus question de performance.

- Si vous aussi, vous voulez casser la routine de vos sorties médicales, habituez-vous à ce geste qui ne prendra que quelques secondes, et sera bénéfique à l'environnement.