

No malbaratis: PLANIFICA LA COMPRA



1 Planifica el menú, comprova el que tens i fes una llista del que et falta abans d'anar a comprar.

2 Compra la quantitat necessària de cada aliment.

3 En la nevera conserva els aliments crus i els cuïts en espais diferents i tapa'ls per evitar que es contaminin.

4 Comprova que els aliments guardats en la nevera o el rebost estiguin en bon estat.

A l'hora de comprar

1 Vigila les ofertes i compara productes.

2 Llegeix les etiquetes i fixa't en la data de consum.

3 Compra primer els productes no refrigerats, després els frescos i, finalment, els congelats. Així, els aliments arribaran a casa sense perdre gaire fred.



Cada català llença a la brossa



d'aliments a l'any que es podrien haver consumit

Contra el malbaratament alimentari TU HI TENS MOLT A FER