

# MANÇER PLUS DURABLE, PAS À PAS

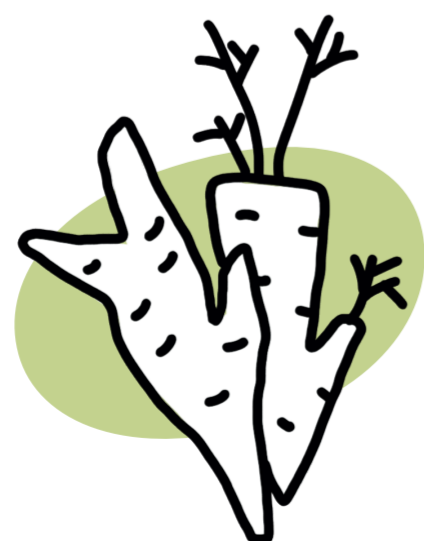


Gérer le frigo et surveiller les dates sur les étiquettes.

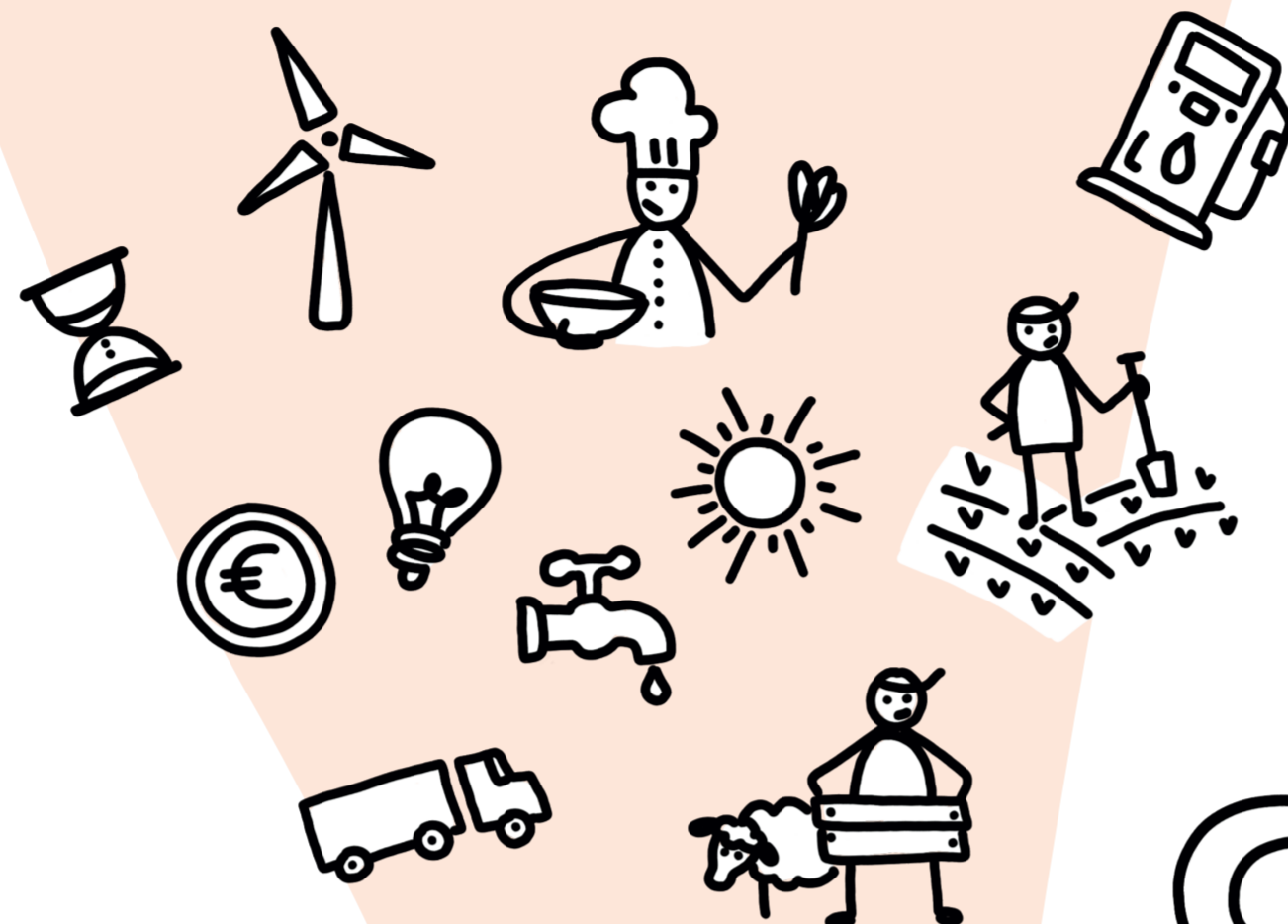


Acheter les quantités nécessaires et manger les restes s'il y en a.

## COMMENT FAIRE?



Consommer les fruits et légumes même moches et abimés.



## Éviter le gaspillage alimentaire

### POURQUOI ?

Parce que manger c'est essentiel donc la nourriture est précieuse. Gaspiller, c'est mettre à la poubelle la nourriture mais aussi les ressources (eau, énergie,...) nécessaires pour la produire.



### COMME PAR HASARD ?

Acheter les quantités nécessaires c'est tenir compte des recommandations alimentaires.

Consommer des fruits et légumes moches, c'est respecter le travail des producteurs locaux.