



ECOGESTES

SUR L'ALIMENTATION

TU PEUX AGIR POUR MANGER
EN RESPECTANT LA PLANÈTE !
C'EST FACILE EN COMMENÇANT
PAR CES NEUF ÉCOGESTES :

1



J'achète des
aliments locaux
et de saison.

2



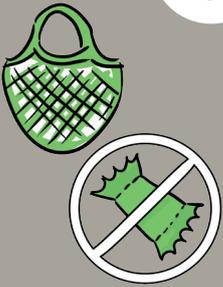
Je mange
moins de
viande.

3



Je me
renseigne
sur les
produits
avant
d'acheter.

4



J'utilise
des sacs
réutilisables
et j'évite les
emballages
plastiques.

5



Je fais
pousser
mes
aliments.

6



Je fais une
liste de
courses pour
acheter ce
dont j'ai
vraiment besoin.

7



Je mets
mes déchets
de cuisine
au compost.

8



Je cuisine
les restes
et je fais
mes propres
conserves.

9



Je règle
le frigo sur
5°C et le
congélateur
sur -18°C.