



Illustrazioni di Giorgia Arcella per il progetto REDUCE
Promosso dal Ministero dell'Ambiente e della Tutela del Territorio e del Mare



Il diario dello spreco alimentare

Come compilare Waste Notes

- 1) Leggi il decalogo
- 2) Compila la pagina "Lista della spesa" prima di fare i tuoi acquisti alimentari
- 3) Appunta nella pagina "Cosa ho gettato oggi?" i cibi che hai buttato
- 4) Riporta nella pagina "Le mie buone pratiche" consigli, idee e ricette antispreco.

Condividi una foto dell'ultima pagina su Twitter (@spreco_zero) e Facebook (Spreco Zero) utilizzando l'hashtag #wastenotes!

Decalogo

1. Quando fai la spesa, fai sempre una lista dell'occorrente
2. Liberati dalle sirene del marketing
3. Leggi bene le etichette dei cibi che vuoi acquistare
4. Prediligi alimenti locali e di stagione
5. Conserva bene gli alimenti in frigo e freezer
6. Usa la fantasia con gli avanzi dei cibi del giorno prima
7. Condividi con i vicini il cibo in eccesso
8. Al ristorante chiedi la family bag
9. Insegna ai tuoi figli il valore del cibo
10. Pensa e agisci sostenibile e circolare

Andrea Segré



