

LE CHEMIN DU ZÉRO GASPI

Suis mon parcours pour devenir un as du Zéro Gaspi !



1.
J'ORGANISE MON FRIGO ET MES PLACARDS



2.
JE FAIS UNE LISTE DE COURSES ET JE PLANIFIE MES REPAS



3.
J'ADAPTE MA FRÉQUENCE D'ACHAT EN FONCTION DES PRODUITS



8.
JE CUISINE LES RESTES EN DÉVELOPPANT MA CRÉATIVITÉ



9.
PENSER À DE NOUVEAUX GESTES ANTIGASPI (GOURMET BAG, APPLICATIONS MOBILES ETC...)



10.
NE PAS AVOIR LES YEUX PLUS GROS QUE LE VENTRE À LA MAISON, AU RESTAURANT OU À LA CANTINE



7.
J'ACHÈTE DES FRUITS ET LÉGUMES NON TRAITÉS POUR LES CONSOMMER EN INTÉGRALITÉ (ÉPLUCHURES, FANES, TRONCS, ZESTES...)



5.
BIEN LIRE LES ÉTIQUETTES ET SAVOIR FAIRE LA DIFFÉRENCE ENTRE DDM ET DLC



6.
J'ACHÈTE DES PRODUITS DE SAISON ET LOCAUX



11.
APPRENDRE À CONSERVER ET CUISINER LES SURPLUS OU LES FRUITS ET LÉGUMES DÉFRAÎCHIS



4.
JE RESPECTE LA CHAÎNE DU FROID



De mon côté je m'engage à...



Crédits : Exposition conçue et réalisée par l'association Recup et Gamelles.

www.recupetgamelles.fr | contact@recupetgamelles.fr

Partenaire financier : Direction Régionale de l'Agriculture, de l'Alimentation et de la Forêt.

Illustrations et graphisme : Clémence de Chambrun | www.unebiche.com