

# 8 CONSEILS POUR UNE ALIMENTATION ÉCOLOGIQUE

Le climat change. Mais nous pouvons tous contribuer à sa protection. Par l'alimentation p. ex.

## PRODUITS REGIONAUX

évitez les trajets de transport longs.

## PRODUITS FRAIS

moins d'étapes de traitement, d'additifs et d'emballages.

## APPAREILS EFFICACES POUR LA CUISSON ET LA REFRIGERATION

économisez sur l'énergie précieuse à long terme.

## PRODUITS SAISONNIERS

évitez le stockage.

## FAIRE LES COURSES A PIED

moins de CO2 et de poussières fines.

## JETER MOINS D'ALIMENTS

parez au gaspillage de ressources précieuses.

## MOINS DE PRODUITS ANIMAUX

servez-les comme complément à des fruits, légumes et produits complets.

## PRODUITS BIOLOGIQUES

évitez les additifs chimiques et les émissions accrues de gaz à effet de serre.

