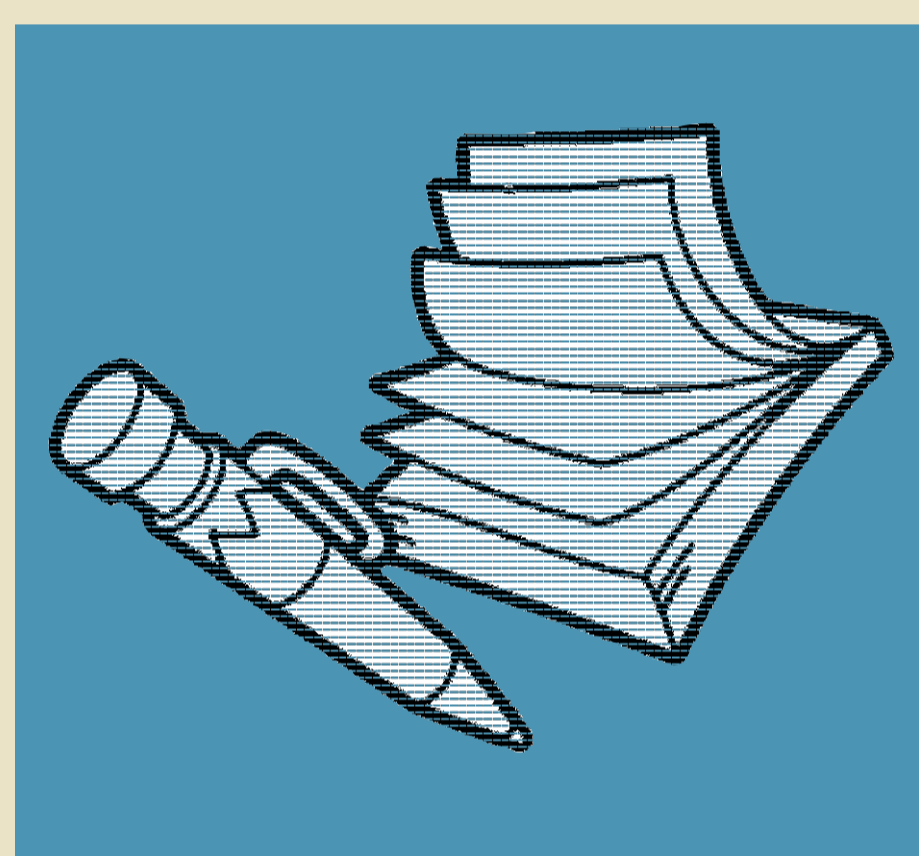




## SCELTE RESPONSABILI



**Al ristorante**, ordinate una pietanza alla volta. Chiedete ai camerieri di mettere il cibo avanzato in un contenitore da portare a casa.



**Prima di andare** a fare la spesa fate una lista di cosa occorre e evitate di fare la spesa quando siete affamati.



**Andate** più spesso a fare la spesa e comprate meno: il cibo sarà più fresco e si potrà controllare meglio quello che è ancora in frigorifero.



**Scegliete** prodotti locali e di filiera corta: dopo l'acquisto saranno buoni più a lungo;