

6 ASTUCES ZÉRO gaspi ! AU SUPERMARCHÉ

1

S'ACCROUPIR ET SE RELEVER. Les produits disposés à hauteur des yeux sont plus coûteux.



2

NE PAS SE FIER AUX APPARENCES. « Plus cher » ne signifie pas toujours « meilleur ».

3

ÉCOUTER SA PLAYLIST. Pas celle du supermarché.

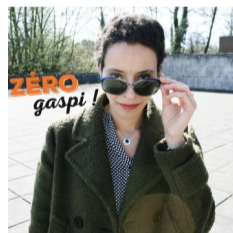
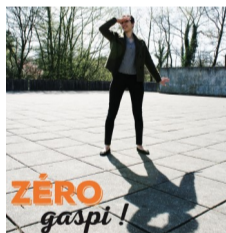


4

DRESSER UNE LISTE AVANT DE PARTIR. Pas le temps ? Prenez une photo de votre frigo !

5

NE PAS TOUCHER LES PRODUITS. Pour limiter l'envie d'acheter.



6

LIRE CE QUI EST ÉCRIT EN PETIT. Regardez les prix au litre ou au kilo.

Model: Edwine
Credits: Gwenny NURTANTIO

Adoptez la Zéro gaspi attitude !
Retrouvez toutes les astuces dans :

MARIE-LOUISE BRUYÈRE et YONEKO NURTANTIO,
ZÉRO gaspi !
LA MÉTHODE POUR JETER MOINS ET VIVRE MIEUX
Larousse Poche, 2017