



HÄVIKKI- VIIKKO



9 VINKKIÄ:

OSTA VAIN TARPEESEEN

- 1. Ota kuva jääkaappisi sisällöstä ennen kuin lähdet kauppaan.**

Näin välttyt kaupassa turhilta ostoksilta.

- 2. Suunnittele niin monen päivän ruokalista kuin voit.**

Käy kerralla kaupassa: säästät hermojasi, aikaa ja rahaa.

- 3. Ole tarkkana tarjousten kanssa.**

Isompi määrä ei välttämättä ole säästöä, jos kaikkea ei pysty hyödyntämään.

- 4. Osta kaupasta vain ne tuotteet, jotka tiedät ehtiväsi käyttää ennen niiden pilaantumista.**

- 5. Ruokakauppaan ei kannata mennä nälkäisenä.**

- 6. Osta alennustarroilla varustettuja elintarvikkeita.**

Ne ovat yksi kaupan keinoista pienentää omaa ruokahävikkiään.

- 7. Verkossa toimivia ruokakauppoja ja niiden ruokakassipalveluita suosimalla**

voit lisätä ruokaostostesi suunnitelmallisuutta, vähentää tarpeettomia heräteostoksia, säästää rahaa ja ehkäistä ruokahävikin syntymistä.

- 8. Valitse kaupasta valmiiksi kypsiä hedelmiä ja vihanneksia.**

Kaupalla on kotikeittiöitä paremmat olosuhteet säilyttää ja kypsyttää esimerkiksi banaanit ja tomaatit täydellisiksi.

- 9. Jos valitset kaupasta aina hieman raa'at kasvikset,**

jää kaupan ikäväksi tehtäväksi heittää pois täydellisimmät yksilöt.