

Bewusst und nachhaltig essen



Nachhaltig essen heisst auch bewusst konsumieren und qualitativ hochwertige Lebensmittel schätzen.

Wer Schweizer Landwirtschaftsprodukte wählt,

- erhält Familienbetriebe und Arbeitsplätze,
- unterstützt das Tierwohl,
- entscheidet sich für Produkte aus der Nähe, trägt damit zum Umwelt- und Ressourcenschutz bei und
- spricht sich für Qualität und Genuss aus.

Ausgewogene und bewusste Ernährung mit täglich drei Portionen Milch.



6 Tipps für bewusstes Essen

- Schweizer Grundnahrungsmittel und Produkte mit geringer Verarbeitung bevorzugen.
- Gemüse und Obst aus der Region wählen und auf die Saison achten.
- Nur so viele Lebensmittel einkaufen, wie tatsächlich benötigt werden.
- Lebensmittelresten nicht wegwerfen, sondern weiterverwerten.
- Zum Einkaufen Mehrwegtaschen verwenden und auf unnötige Verpackungen verzichten.
- Bei Take-away-Anbietern diejenigen bevorzugen, die Mehrweggeschirr akzeptieren.



Möchten Sie wissen, wie aus Gras ein hochwertiges Lebensmittel wird und wie die Umwelt, das Tier und der Mensch daran beteiligt sind? Besuchen Sie uns auf:

www.swissmilk.ch/umwelt

swiss
milk

Schweiz. Natürlich.



swissmilk