

# Pour une alimentation réfléchie et durable



## Manger durable, c'est aussi consommer de manière réfléchie et apprécier la qualité.

Qui opte pour des produits agricoles suisses agit pour

- la préservation des exploitations familiales et des emplois,
- le bien-être des animaux,
- la protection de l'environnement et des ressources (proximité),
- la qualité et le bon goût.

Alimentation équilibrée et réfléchie avec trois portions de lait par jour.



## 6 conseils pour mangeurs avertis

- Aliments de base suisses et produits peu transformés.
- Légumes et fruits de saison et de la région.
- Achat des quantités de nourriture effectivement nécessaires.
- Utilisation des restes de nourriture, au lieu de jeter.
- Cabas réutilisables pour les courses, pas d'emballages superflus.
- Plats à l'emporter d'établissements qui acceptent la vaisselle réutilisable.



Envie de savoir comment l'herbe se transforme en une denrée de haute valeur nutritionnelle et comment l'environnement, l'animal et l'être humain sont impliqués dans ce processus? Venez faire un tour sur notre site:

[www.swissmilk.ch/environnement](http://www.swissmilk.ch/environnement)

swiss  
milk

Suisse. Naturellement.



swissmilk