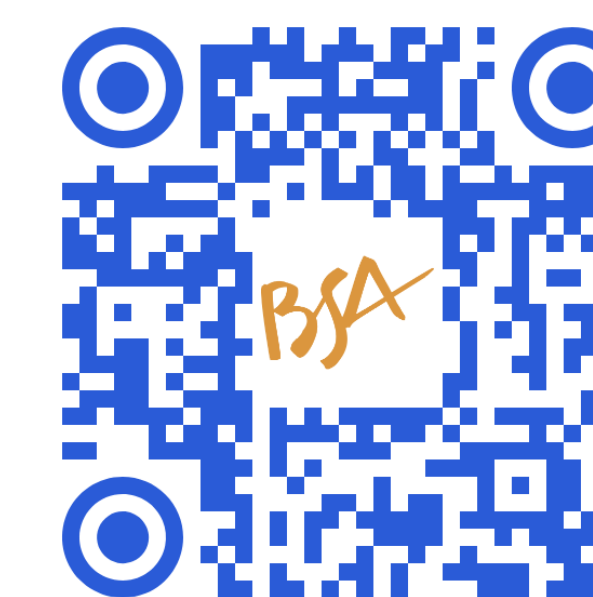


Perquè menjar fruita i verdura de temporada



A
L
I
M
E
N
T
A
C
I
Ó

S
A
L
U
D
A
B
L
E

01

Els aliments a cada estació responen a unes necessitats del cos humà.

A l'**estiu** amb la calor, el nostre cos vol més aigua.

A l'**hivern** amb el fred i la falta de sol, el nostre cos reclama més nutrients i vitamina C.



02

Afavoreixes la producció local.

Al supermercat fixar-nos en l'origen i l'estacionalitat de les fruites i verdures



Protegeixes el medi ambient.

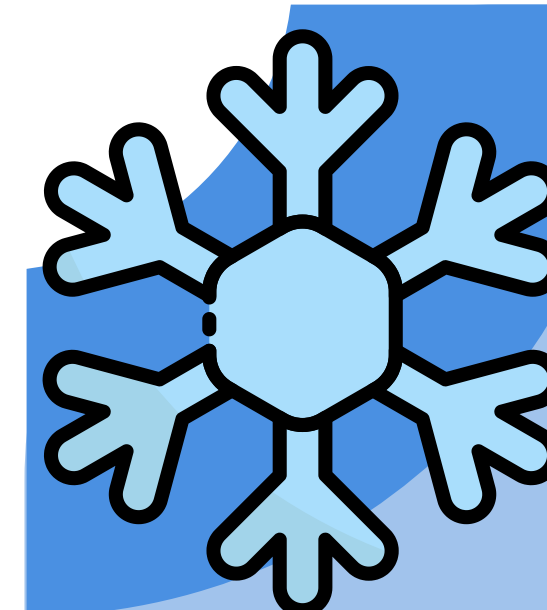
Es redueix l'ús d' ímputs: combustibles, fertilitzants, plaguicides, aigua... es generen menys residus



03

Redueixes el malvaratament alimentari.

Durant el transport, sobretot els viatges llargs, part de la fruita i verdura es fa malbé i ha de ser rebutjada



04

