

Algunos trucos para evitar el desperdicio alimentario

1. Repartir platos para que cada persona se sirva lo que estima que se va a comer. Insistir en que es mejor repetir y servirte dos veces, que tirar lo que no te puedas acabar.
2. Poner música relajante para que no haya prisa por terminar de comer y salir a jugar. Disfrutemos del momento.
3. En este sentido, es aconsejable celebrar la reunión después de un periodo de juego, para que no tengamos tantas ganas de salir de nuevo a jugar.
4. Si tenemos frutas para compartir, no quitarle la piel antes de tiempo. Mejor hacerlo justo antes de empezar a tomarla.
5. Preparar envases ecológicos para guardar los restos de comida que, preferiblemente, no ha sido manipulada antes (por eso lo de servirse en el plato individual lo que puedas comerte). Si la almacenamos bien podemos: o bien llevarla a algún comedor o entidad social cercana, o regresarla a las casas para que sea consumida en días posteriores.