

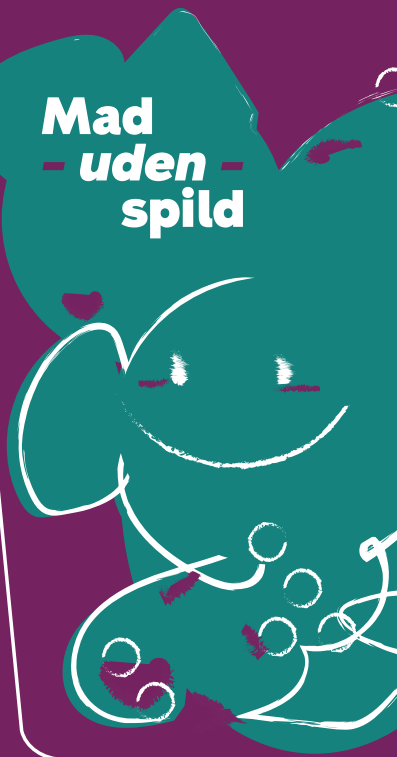
3 Hvad skal du spise i morgen?

Vent.

Vi sender en sms, når det er tid til at åbne.



**Mad
- uden -
spild**



Beslut i dag ...

... hvad du skal spise i morgen

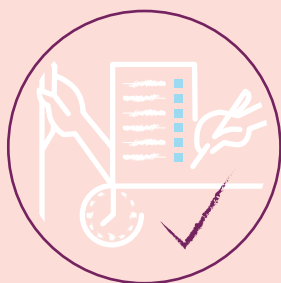
Kom i gang med din nye vane

1. Kig i dit køleskab og se, hvad du har af mad, inden du beslutter dig for aftensmaden til i morgen.

2. Sæt det firkantede klistermærke et sted, hvor det hjælper dig med at huske, at du skal planlægge din aftensmad dagen før.



3. Sæt det runde klistermærke på den plakat, du fik med startpakken. Det er et tegn på, at du har taget endnu et skridt mod mindre madspild.



Træt af planlægning?

Bare rolig. Det behøver ikke at ske i et excel-ark. Det handler om at vælge en fast rutine for, hvornår du beslutter, hvad du skal have til aftensmad.

Det vigtigste er, at du som det første kigger i dit køleskab – så ved du, hvilke af dine madvarer der snart skal spises.

Vi ved, det er en svær vane at opbygge. Men hvis du lykkes med den, er det her, at du virkelig kan nedbringe dit madspild.



**Mad
- uden -
spild**

