

APROVECHA AL MÁXIMO TU DESPENSA.



Desperdicia menos y ahorra más:

- Organiza tu alacena en alimentos que caducan en largo y corto plazo.
- No vayas al súper con hambre.
- Congela los alimentos que puedas para consumirlos después.



**¡PROFECO
EMPODERA AL CONSUMIDOR!**
Especialmente al que menos sabe,
menos tiene y menos puede.

Oficinas Centrales:

Av. José Vasconcelos 208, Col. Condesa,
Alcaldía Cuauhtémoc, C. P. 06140
Ciudad de México.

Horario de atención de:
9 a 19 horas de lunes a viernes
y de 10 a 18 horas los fines
de semana y días festivos.

Twitter: @Profeco
Facebook: Profecooficial
YouTube: ProfecoTv
Instagram: revistadelconsumidormx

Teléfono
del **consumidor**
(55)5568 8722 - 800 4688722



ECONOMÍA
SECRETARÍA DE ECONOMÍA

PROFECO
PROCURADURÍA FEDERAL
DEL CONSUMIDOR

**INOCUIDAD
ALIMENTARIA**
UNA RESPONSABILIDAD COMPARTIDA.

**BASURA,
CONCIENCIA DESDE CASA.**

*Planea tus compras,
consume con calma.*

**APROVECHA AL MÁXIMO
TU DESPENSA.**



INOCUIDAD ALIMENTARIA

UNA RESPONSABILIDAD COMPARTIDA.

Toda la cadena agroalimentaria desde su producción hasta el consumo final, debe garantizar alimentos de calidad y libres de microorganismos dañinos a la salud.



¡Contribuye!

Evita reacciones alérgicas, intoxicaciones o envenenamiento:

- Mantén manos y superficies limpias.
- Separa alimentos cocinados y crudos al almacenar o picar.
- Cocínalos totalmente.
- Lava con agua purificada y desinfecta frutas y verduras antes de consumirlas.



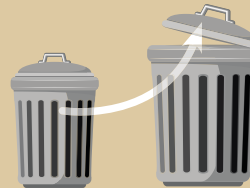
BASURA,

CONCIENCIA DESDE CASA.

Al ser una persona ecológica, obtienes beneficios en la salud, economía y ayudas al medio ambiente.

Apoya siguiendo estas recomendaciones:

- Desecha desperdicios de alimentos en el contenedor de basura orgánica.
- Nunca tires el aceite de cocina con los residuos orgánicos, en la tarja o coladera.
- Reutiliza o lleva a reciclar tus envases de plástico y vidrio.
- Evita usar unicel.
- Vende o regala la ropa que ya no utilizas.
- Separa en contenedores especiales las pilas desechables. Prefiere usar baterías recargables.



Planea tus compras, consume con calma.

Antes de ir de compras, analiza si es el momento adecuado para adquirir lo que deseas o necesitas.



No hagas compras exageradas, afectan tu economía:

- Anota lo que consumirás en los siguientes días y lo que ya tienes en la despensa.
- Haz una lista de lo que necesitas adquirir. Respétala.
- Destina un presupuesto específico.