

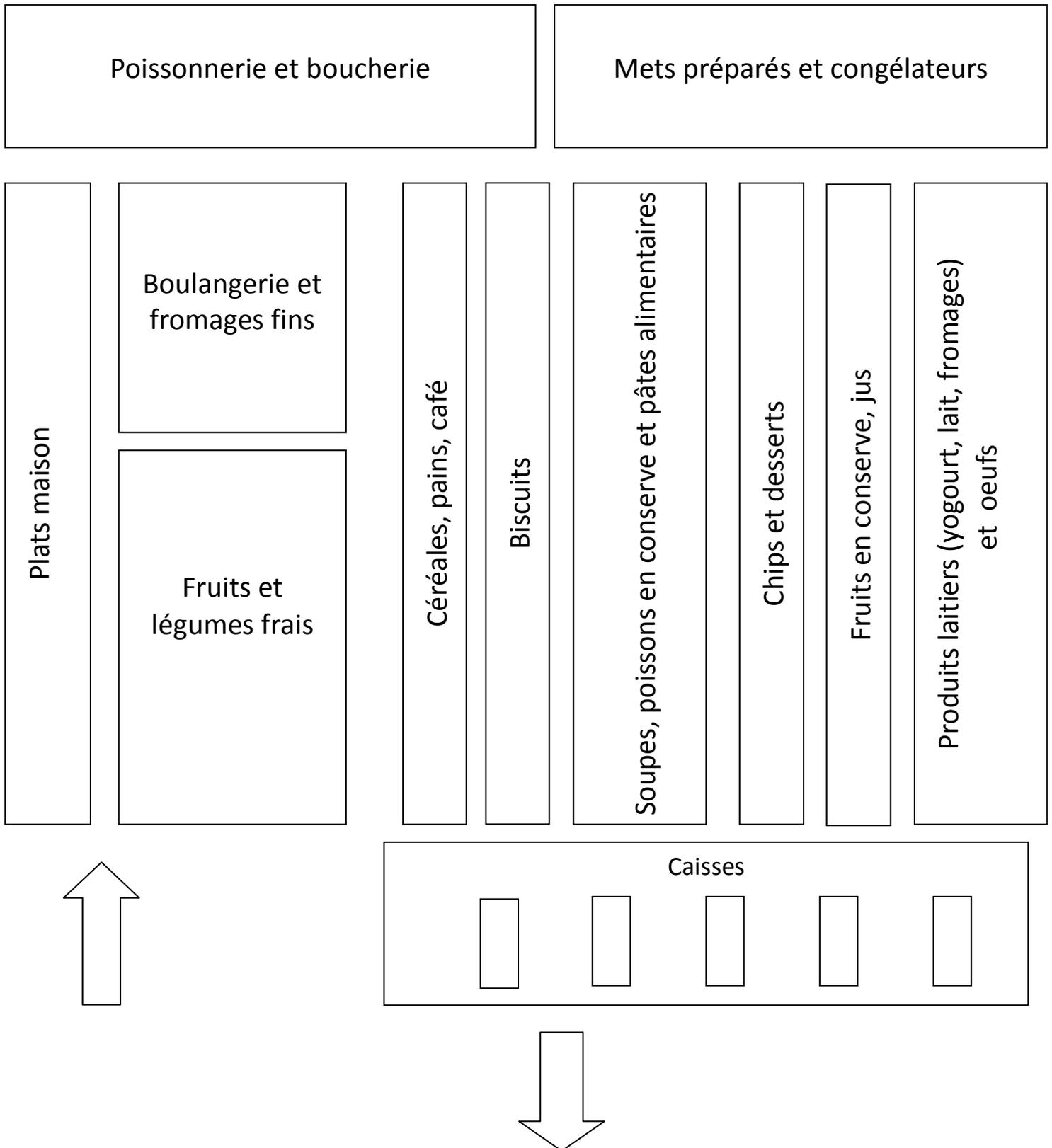
GUIDE D'ACHAT À L'ÉPICERIE

Astuces pour économiser à l'épicerie :

 <p>Je vais faire l'épicerie après avoir mangé, pour éviter d'avoir le ventre vide.</p> <p>Pourquoi ? Car lorsque l'on a faim, on est tenté d'acheter plus d'aliments. Surtout des aliments d'exception.</p>	<p>Je choisis les marques maison (je pense à comparer avec les produits en spécial).</p>  <p>Pourquoi ? Souvent, le prix des marques populaires est plus élevé, car la marque est plus reconnue et l'entreprise dépense énormément en publicité. Donc, elle retourne la facture aux consommateurs en augmentant ses prix.</p>
<p>Je me tiens à la liste d'épicerie que j'ai préparée.</p> <p>Pourquoi ? car les épiceries ont plusieurs astuces pour vous faire dépenser. Vous serez tenté d'acheter différents produits, mais en vous tenant à votre liste, vous achèterez le nécessaire pas plus.</p> 	<p>Je me méfie des tablettes au bout des allées et des présentoirs près des caisses.</p> <p>Je me penche et je me place sur la bout des pieds... les meilleurs prix sont souvent sur les tablettes du bas ou du haut.</p> <p>Pourquoi ? Les produits de marques populaires sont à la hauteur des yeux pour être choisi plus souvent. Les espaces les plus visibles sont parfois loués par les grandes industries.</p>
<p>Je me rends à l'épicerie une seule fois par semaine.</p> <p>Pourquoi ? Car on est tenté moins souvent par des produits qui ne sont pas essentiels.</p>	<p>J'évite le gaspillage et les pertes...</p> <ul style="list-style-type: none"> - De retour à la maison, je range rapidement les aliments réfrigérés et surgelés. - J'achète la quantité d'aliments périssables dont j'ai besoin, pas plus. - Je vérifie les dates d'expiration.
<p>Je compare le prix du gros format et du petit format (utiliser le prix par 100 g figurant sur l'étiquette collée sur la tablette).</p> <p>Pourquoi ? Pour avoir le meilleur prix !</p>	
<p style="text-align: center;">La règle générale</p> <p>Si un aliment est préparé ou transformé par une autre personne (ou une usine), l'aliment sera plus cher, car il faut payer cette personne.</p> <p>Attention ! Évidemment le produit doit être d'une qualité comparable, par exemple un plat congelé contenant une petite portion de pâtes avec de la sauce tomate ne peut être comparé avec un plat de pâtes avec de la sauce à la viande contenant beaucoup de bœuf et de légumes.</p>	

*Une copie de ce tableau simplifié est incluse dans le cahier de l'élève.

PLAN GÉNÉRAL D'UNE ÉPICERIE*



*Ce plan peut varier d'une épicerie à l'autre.