

10 sfaturi pentru a economisi bani in timp ce cumpери mancare

BUCURESTI - 12 februarie 2021 ora 14:59

Comunicat tip General in Media / Publicitate

Ai constatat ca cheltui foarte multi bani pe mancare? Si ca aceasta ajunge de cele mai multe ori la gunoi? Nu te invinovati, fenomenul se manifesta in toate tarile dezvoltate, insa trebuie sa stii ca poti lua atitudine si poti cumpara intelligent alimentele.



Imagine

Foloseste instrumentele puse la dispozitie de marii retailer (flyere promotionale si supermarketuri cataloage), vei vedea ca vei face economii importante fara a face rabat la calitate. Vrei sa ai siguranta ca faci cele mai bune alegeri, iata 10 sfaturi care sa te ajute sa cumpери mancare intelligent.

1. Analizeaza cataloagele promotionale ale supermarketurilor

Cu siguranta ai la indemana un catalog lidl sau unul provenit de la supermarketul din cartier. Nu ezita sa le folosesti, aceste instrumente te ajuta sa descoperi cele mai bune preturi pentru produsele preferate. Vrei sa ai siguranta ca faci economii importante accesarea, Flyrion.com, economisesti timp si bani. Portalul aduce laolalta cataloagele saptamanale cu oferte ale marilor magazine, astfel pot verifica care sunt promotiile care ti se potrivesc.

2. Fa-ti liste de cumparaturi

Listele de cumparaturi sunt foarte eficiente, te ajuta sa te organizezi mai bine. Inainte de a merge la supermarket sa ai o lista scrisa cu toate produsele perisabile si neperisabile pe care vrei sa le pui in cos. Cumpara doar ce ai pe lista, vei evita sa achizitionezi alimente in exces.

3. Alege alimente neprocesate

Mancarea neprocesata este mai ieftina, dar si mai sanatoasa! Studiile realizate de nutritionistii americani si europeni au demonstrat ca familiile in care se consuma alimente naturale, in detrimentul semipreparatelor si a celor ambalate in pungi colorate, au o stare de sanatate mai buna si cheltuie mai putin pentru mancare.

4. Cumpara alimente de sezon

Mancare de sezon este mai ieftina decat asa zisele "trufandale", alege sa consumi fructe si legume specifice anotimpului. Chiar daca ciresele sunt disponibile pe rafturile magazinelor inca din luna martie, este mai bine sa le cumperi in lunile mai - iunie cand vei plati chiar si de 10 ori mai putin. Strugurii cei mai dulci ii poti achizitiona toamna, cele mai bune tomate in lunile de vara, iar cei mai dulci si mai ieftini pepeni ii cumperi in lunile iulie-octombrie. Catalogele de cumparaturi sunt si comparatoare eficiente de preturi, daca vrei sa faci alegeri bune si sa platesti putin.

5. Alege alimentele provenite de la producatorii locali

Fiecare supermarket mentioneaza provenienta alimentelor, alege-le pe cele romanesti, si daca se poate pe cele produse cat mai aproape de localitatea de resedinta. Indemnul nu este unul nationalist, ci tine de faptul ca costurile legate de transport sunt mai mici, deci si pretul alimentelor va fi mai mic fata de a celor de import, plus ca cele locale sunt si mai proaspete.

6. Nu merge sa cumperi mancare cand iti este foame

Un sfat important al specialistilor este sa nu mergi sa cumperi mancare cand iti este foame. Vei pune in cos tot ce princi in mana. Studiile au aratat ca cei merg la supermaket cand sunt infometati fac cea mai mare risipa de mancare si pun in cos multe preparate care ajung la gunoi, irosind astfel sume importante de bani.

7. Cumpara pe principiul putin este mai mult

Cand vine vorba de mancare suntem bombardati cu fel de fel de reclame si promotii care indeamna la achizitionarea cantitativa. Eronat, sustin specialistii! Acesteia atrag atentia ca trebuie sa cumperi cat ai nevoie, nu cat ti se ofera. Pe de o parte vei economisi sume importante de bani, pe de alta parte vei evita excesele.

8. Nu merge cu copii la cumparaturi

Sunt mici, frumosi, ii iubesti, dar cand vine vorba de cumparaturi este mai bine sa ii lasi acasa. Da, copii tind sa ravneasca la alimentele pe care le vad in reclame la televizor, acestea de cele mai multe ori sunt si scumpe si nesanatoase.

9. Foloseste cardul de fidelitate

Cei mai multi retaileri au ales sa isi fidelizeze clientii prin crearea unor carduri si cupoane speciale. Astfel de carduri vin cu preturi preferentiale si discounturi generoase pentru produsele alimentare si nealimentare. Poti plati mai putin pentru anumite alimente utilizand cupoanele din catalogele de cumparaturi. Nu ezita sa folosesti asemenea instrumente, la final, cand vei face un calcul vei vede diferenta.

10. Evita raioanele cu dulciuri si bauturi acidulate

Raioanele cu dulciuri si bauturi acidulate sunt pentru cei mai multi dintre romanii adevarata provocare. Putin pleaca de acolo cu cosul gol. Da sunt gustoase, tentante, energizante, satioase, insa aceste caracteristici sunt consecinte directe ale aditivilor alimentari. Aceste raioane au in general alimente nesanatoase la preturi mari!

COMUNICATEDEPRESA.RO