

120 prodotti tipici di Roma e dintorni
per conoscere le eccellenze del territorio

60 piccole e medie aziende dove comprare
prodotti di qualità a km zero o quasi

60 mercati rionali e contadini di Roma
dove trovare prodotti e produttori locali

60 G.A.S. - Gruppi di Acquisto
Solidale attivi in città

30 buone ricette della tradizione
culinaria romana

VIVERE MEGLIO SENZA SUPERMARKET

significa scegliere un'alimentazione
più salutare e gustosa per te,
più equa per i produttori,
più sostenibile per l'ambiente,
senza cibi industriali e da
colture e allevamenti intensivi.

**La rivoluzione dei consumi
è cominciata. Buona Spesa!**



www.guidaallabuonaspesa.it



[www.facebook.com/
Guida-alla-Buona-Spesa](https://www.facebook.com/Guida-alla-Buona-Spesa)

GUIDA PRATICA PER RESIDENTI,
FLURISEDE, VIAGGIATORI E TURISTI

Euro 14,90

ISBN 97 888 6438 605 8



ROMA GUIDA ALLA BUONA SPESA

ZONA

ROMA GUIDA ALLA BUONA SPESA



- ◆ COSA ◆ DOVE ◆ COME ◆ QUANDO
- comprare ◆ per mangiare sano e bene
- ◆ spendere il giusto
- ◆ valorizzare e sostenere
storia cultura ed economia *local*



ZONA

