

Today energy and food are very expensive, but our behavior can make the difference. It's simple: instead of eating pork, you can eat poultry or vegetables including lettuce with tomato, avocado, sardines, etc. Ideas are not lacking. For example, one can replace bread with rice once in passing. In addition, your surplus can be used as compost to fertilize your garden or nursery. And to stay healthy you can take advantage of the bike to get around while exercising. You see friends, there are plenty of things we can do without depending on others... follow my gaze

Aujourd'hui l'énergie et la nourriture sont très chers, mais notre comportement peut faire la différence. C'est simple: au lieu de manger du porc, on peut manger de la volaille ou des légumes notamment la laitue avec de la tomate, de l'avocat, de la sardine, etc. Les idées ne manquent pas. Par exemple, on peut remplacer le pain avec du riz une fois en passant. En plus, vos surplus peuvent servir de compost pour fertiliser votre jardin ou votre pépinière. Et rester en santé on peut profiter du vélo pour se déplacer en faisant de l'exercice. Voyez-vous les amis, il y a plein de chose qu'on peut faire sans dépendre des autres... suivez mon regard.

<https://www.cnbc.com/2022/05/02/how-china-is-contributing-to-higher-inflation-worldwide-in-three-areas.html>

<https://www.cnbc.com/2022/05/02/this-is-warren-buffetts-simple-advice-for-periods-of-high-inflation.html>