

ZIUA NAȚIONALĂ A ALIMENTAȚIEI ȘI A COMBĂTERII RISIPEI ALIMENTARE

16 octombrie 2023



La nivel global se pierd: **1/3** din alimente.

La nivel european se pierd: **20%** din alimente.

70% din risipa alimentară provine din: gospodăriile populației.

În România se pierd **70 kg** de alimente anual per capita.



DINTRE ACESTEA:

45% fructe și vegetale

35% pește și fructe de mare

30% cereale

20% lactate

20% carne

MODALITĂȚI DE A REDUCE RISIPA ALIMENTARĂ



ACASĂ:

Planificați-vă mesele și folosiți surplusul de la mesele anterioare!

Citiți informațiile despre termenul de valabilitate al alimentelor.

Pe eticheta produselor se pot întâlni mențiunile:

• "a se consuma, de preferință, înainte de ...", sau "a se consuma, de preferință, până la sfârșitul ..."!

• "expiră la data de ..." (pentru produsele care au un grad ridicat de perisabilitate și pot fi periculoase pentru sănătate dacă sunt consumate după data limită)

Puneți mai puțin în farfurie și reumpleți dacă este cazul!

Depozitați alimentele în mod corespunzător (verificați instrucțiunile de stocare de pe etichetă, asigurați-vă că temperatura în frigider este între 1 °C și 5 °C)!

Utilizați alimentele stocate acasă – „**primul intrat, primul ieșit**”!



LA MAGAZINE SAU PIAȚĂ:

Faceți o listă de cumpărături!

Nu cumpărați când vă este foame!

Cumpărați doar cantitatea de care aveți nevoie (dimensiunea potrivită a ambalajului sau alimente vrac)!

Achiziționați și consumați produsele aflate la reduceri și care sunt aproape de atingerea termenului de valabilitate.



LA SERVICIU / ȘCOALĂ:

Cereți să vi se servească porția potrivită pentru dumneavoastră (la cantină)!

Diseminați către colegi recomandările despre cum putem preveni risipa de alimente!



ÎN CAFENELE, RESTAURANTE ȘI HOTELURI:

Puneți puțin în farfurie și reumpleți dacă este cazul!
Luați acasă ce vă rămâne!

ÎNVAȚĂ SĂ FACI ALEGERI ÎNȚELEPTE!