



29 SEPTEMBRIE

Ziua internațională de conștientizare asupra risipei și pierderilor
alimentare

Risipa alimentară
reprezintă o
problemă globală!



la atitudine și spune
**STOP risipei
alimentare!**

**ÎNȚELEGE
PROBLEMA!**

**Risipa alimentară are implicații
economice, sociale, precum și asupra
mediului înconjurător!!**

Într-o lume în care milioane de oameni se confruntă
cu foamea în fiecare zi, reducerea pierderilor și a
risipei de alimente este esențială!

Obiceiuri precum cumpărarea impulsivă de alimente,
comandarea unor porții prea mari la restaurant, pun
presiune asupra resurselor noastre naturale.

Când risipim alimente care ar fi putut fi consumate,
risipim forța de muncă, investițiile și resurse
prețioase (precum apa), care au fost folosite pentru a
crește, produce, procesa și transporta acele alimente!



**Stabilește
cauzele!**

**Risipa alimentară are implicații
economice, sociale, precum și asupra
mediului înconjurător!!**

Există o mulțime de motive pentru care oamenii
risipesc alimente, iar multe dintre acestea au
legătură cu obiceiurile noastre. Plecând de la
cumpărăturile pe care le facem și modul în care
preparăm mâncarea, până la felul în care gestionăm
depozitarea alimentelor, toate aceste aspecte joacă
un rol important în cantitatea de alimente pe care o
risipim.

Două dintre cele mai comune categorii de alimente
risipite sunt fructele și legumele, precum și resturile
de la mesele anterioare.



ACȚIONEAZĂ!

**Există multe modalități de a reduce risipa
alimentară. Iată câteva exemple:**

1. Cumpără doar alimentele de care ai nevoie!
2. Învăță să iubești fructele și legumele imperfecte!
3. Fii atent la dimensiunea porțiilor!
4. Acordă atenție termenelor de valabilitate!
5. Păstrează alimentele în condițiile optime de temperatură!
6. Transformă resturile de alimente în mesele de a doua zi!
7. Donează surplusul de alimente!