

ZIUA NAȚIONALĂ A ALIMENTAȚIEI ȘI A COMBATERII 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!

ÎNVĂȚĂ SĂ FACI ALEGERI ÎNȚELEPTE!