

чен кухненски компостер. Напълнете го с отпадъци, покрийте ги със слой от специални микроби и ги оставете да ферментират. Полученият продукт може да се използва за домашни растения, както и в градината.

Защо е важно да рециклираме хранителните отпадъци?

1. Намаляване на обема на отпадъците
Хранителните отпадъци съставляват значителна част от обема на битовите отпадъци. Като ги рециклираме, намаляваме количеството хранителни отпадъци, които отиват на боклука и освобождаваме заета площ в депата за отпадъци и смет, спестявайки място и ресурси.

2. Устойчиво използване на ресурсите
Когато рециклираме хранителните отпадъци, те могат да се използват за производство на биогаз, компост или други продукти, които могат да бъдат полезни за селското стопанство и енергийната инфраструктура. Това спомага за оползотворяване на ресурсите, които са вложени в производството на храната.

3. Спестяване на енергия и вода
Процесът на разграждане на отпадъците от храна при обикновеното им депониране изисква енергия и вода, докато чрез рециклирането им намаляваме необходимостта от тези ресурси и спомагаме за опазването на природните източници.

4. Подобряване на устойчивостта на околната среда
Рециклирането на хранителните отпадъци е част от усилията на човека за подобряване на устойчивостта на околната среда.

Това помага за опазването на природните ресурси и намаляване на негативното въздействие на човешките дейности върху природата.

Като цяло, рециклирането на отпадъци от храна е важна стъпка към постигане на по-устойчиво общество и запазване на природните ресурси за бъдещите поколения.



Околна среда

Хранителните отпадъци са причина за 16% от общите емисии на парникови газове от хранителната система на ЕС.



Икономика

До 132 млрд. евро се губят всяка година заради разхищението на храни.



Общество

Близо 33 млн. души в ЕС не могат да си позволят пълноценно хранене всеки втори ден, а същевременно тонове храна се изхвърлят.



РИОСВ-Шумен

СУ „ПАНАЙОТ
ВОЛОВ“ гр. Шумен



Моите полезни действия

**ХРАНИТЕЛНИ ОТПАДЪЦИ:
ПРЕДОТВРАТЯВАНЕ, ПОВТОРНА УПОТРЕБА
И РЕЦИКЛИРАНЕ**

В ЕС всяка година се губят или разхищават почти 59 милиона тона храни, което е 131 кг на човек.

Къде се генерира разхищението на храни

Повече от половината от разхищението на храни в ЕС идва от домакинствата. Това е почти два пъти повече от разхищението на храни, генерирано по време на производството или преработката.



Да намалим хранителни отпадъци

Европейската комисия публикува 10 съвета за ограничаване на хранителните отпадъци. Ако се придържате към тях може да спестите пари и да допринесете за опазването на околната среда.

1 Планирайте покупките си

Планирайте вашето меню за седмицата. Проверете с какви продукти разполагате във вашия хладилник и шкафове, след което си направете списък за пазаруване само за допълнителните съставки, които са ви необходими. Вземете списъка със себе си и се придържайте към него в магазина. Не се изкушавайте от продукти на промоция и не пазарувайте когато сте гладни – ще се приборите с повече, отколкото ви е необходимо. Купувайте насипни плодове и зеленчуци, вместо вече опаковани, за да

можете да купите точно нужното ви количество.

2 Проверявайте датите на годност

Ако не планирате да изядете даден продукт с кратък „срок на годност“, потърсете друг с по-дълъг срок или просто планирайте да го купите в деня, в който ще ви трябва. Правете разлика в значението на съответните дати: „годен до“ означава, че храната е безопасна за консумация до посочената дата (напр. за месо и риба); „най-добър до“ посочва датата, до която продуктът запазва оптимално своето качество. Хранителните продукти продължават да са безопасни за консумация дори и след посочената дата за „най-добър до“.

3 Внимавайте за бюджета си

Разхищението на храна означава разхищение на пари.

4 Поддържайте здравословна температура в своя хладилник

Проверете уплътнението и температурата в хладилника си. За максимална свежест и дълготрайност, хранителните продукти трябва да се съхраняват на температура между 1 и 5 градуса по Целзий.

5 Съхранявайте храните съобразно инструкциите на опаковките.

6 Препореджайте

Когато купите нови продукти от магазина извадете всички по-стари стоки във вашите шкафове и хладилник на преден план.

Сложете новите хранителни продукти отзад, за да намалите риска да намерите нещо мухлясало на дъното на хладилника или някой шкаф.

7 Сервирайте малки количества храна с идеята, че всеки може да си вземе допълнително след като си изяде първата порция.

8 Използвайте останките

Вместо да изхвърляте останалото количество от приготвеното от вас ястие в боклука, то може да бъде изядено на обяд на следващия ден, да бъде включено във вечерята или да бъде замразено за някой друг случай. Омекналите плодове могат да се използват за приготвяне на плодови сокове или торти. Поувехналите зеленчуци могат да се използват за супи.

9 Замразявайте

Ако ядете само по малко хляб, замразете го и изваждайте по 2-3 филийки няколко часа преди да са ви необходими. По подобен начин замразявайте готвени ястия, за да имате готова храна за вечерите, в които сте прекалено изморени да готвите.

10 Превърнете хранителните отпадъци в храна за градината

Някои хранителни отпадъци са неизбежни, така че защо не си инсталирате кофа за компост за обелките от плодове и зеленчуци? Само за няколко месеца ще разполагате с богата, ценна тор за вашите растения. За остатъците от готвени ястия ви е достатъ-