



MINISTERUL AGRICULTURII ȘI  
DEZVOLTĂRII RURALE

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!!**

Intr-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 aceste 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.

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

ACȚIONEAZA!

**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 me de a doua zi!
7. Donează surplusul de alimente!

... ÎN LUTA ÎMPOTRIVA RISIPEI ALIMENTARE



MINISTERUL AGRICULTURII  
ȘI DEZVOLTĂRII RURALE

CONTRIBUIE ȘI TU LA SĂNĂTATEA PLANETEI!



**GUM AFECTEAZĂ RISIPA  
ALIMENTARĂ PLANETA?**

## EFECTE

Pe măsură ce hrana începe să se descompună, este eliberat metanul, un gaz cu efect de seră, care este de 28 de ori mai puternic decât dioxidul de carbon.

Risipa alimentară înseamnă și risipă de combustibili.

Risipa de alimente dăunează biodiversității!

<https://www.madr.ro>

# 29 SEPTEMBRIE

ZIUA INTERNAȚIONALĂ DE CONȘTIENTIZARE  
ASUPRA RISIPEI ȘI PIERDERILOR ALIMENTARE

## STOP risipei alimentare!

### CAUZE

**Data de expirare:** Verifică cu atenție data de expirare și învață diferența dintre "consum optim" și "expirare".

**Cumpăratul excesiv:** De cele mai multe ori, cumpărăm mai mult decât este nevoie...

**Standarde estetice ridicate:** Frumusețea vine în toate formele și dimensiunile. Nu respinge alimentele doar pentru că nu arată perfect.

### PREVENȚIE

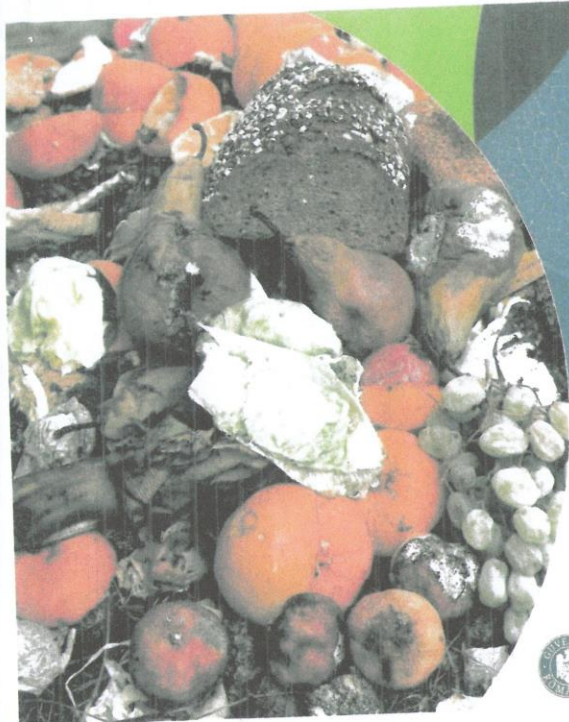
Din respect pentru mâncare, cumpără cumpătat!

Depozitează corect alimentele și urmărește termenul de valabilitate al acestora!

Consumă inclusiv fructe și legume fără aspect comercial, sunt la fel de valoroase din punct de vedere nutritiv cu cele aspectuoase!

Reutilizează și transformă resturile alimentare în preparate alimentare delicioase!

Nu arunca surplusul de alimente, dacă nu au expirat încă, donează-le celor care au nevoie



**REDUCEREA RISIPEI ALIMENTARE**  
va avea ca efecte:  
creșterea rezilienței sistemelor  
alimentare,  
o calitate mai bună a alimentației,  
un mediu mai curat,  
o viață mai bună!

**SPUNE STOP  
RISIPEI ALIMENTARE!**

**#FoodWasteEU**  
29 September **#FLWDay**



MINISTERUL AGRICULTURII  
ȘI DEZVOLTĂRII RURALE



European  
Commission

## DATE, CIFRE ȘI FAPTE LA NIVEL GLOBAL



MINISTERUL AGRICULTURII  
ȘI DEZVOLTĂRII RURALE

### ȘTIAI CĂ...

Dacă populația globală ajunge la 9,6 miliarde până în 2050, echivalentul a aproape trei planete de dimensiunea Pământului ar fi necesar pentru a asigura resursele naturale necesare pentru a susține stilul de viață actual?  
*(UN, Goal 12 Facts and Figures).*

Categoriile de alimente cele mai risipite sunt fructele și legumele, carnea și peștele – alimente bogate în nutrienți? *(FAO, 2022)*

Când risipim alimentele, risipim și toate resursele folosite pentru cultivarea, procesarea, transportul și comercializarea lor?

**SPUNE STOP  
RISIPEI  
ALIMENTARE!**

**PENTRU OAMENI!  
PENTRU PLANETĂ!**

