

Întâmpinăm luna august cu:

Școala familiilor, buletinul nostru informativ lunar care vă va ajuta să aflați mai multe despre risipa de alimente. Veți primi infografice și jocuri sau provocări pe care să le faceți acasă.

Dacă vă este poftă de mai mult, vă invităm să continuați să explorați resursele disponibile pe site-ul nostru.

Nu lăsați căldura verii să vă prindă pe nepregătite!

Până acum, la proiectul Zero Waste suntem siguri că sunteți pe deplin conștienți de risipa de alimente și că faceți tot posibilul să o evitați și să aveți o contribuție cât mai mică la această problemă. Însă dorim să vă avertizăm că nu este momentul să lăsați garda jos!

Vara este perioada din an în care se risipește cea mai mare parte a alimentelor, din mai multe motive diferite (unele dintre acestea au fost discutate în buletinele de știri anterioare). Haideti să aflăm care sunt cele mai importante:

- **Căldura:** Odată cu căldura, sunt multe alimente care se strică mai ușor, așa că trebuie să avem o grijă deosebită și să le depozităm în frigider pentru a ne asigura că acest lucru nu se întâmplă. Cu toate acestea, așa cum am văzut în ultimul buletin informativ, nu este indicat să punem totul înăuntru fără discernământ, deoarece există lucruri care își pot pierde gustul. De asemenea, nu uitați de lanțul frigorific, deoarece unele alimente, odată încălzite, nu trebuie să fie refrigerate sau congelate.

- **Planuri de vară:** Când vremea este mai bună, este normal să avem mai multe planuri decât în restul anului. Mai ales dacă avem zile de lucru mai scurte și mai mult timp pentru a ieși în oraș. Iar aceste întâlniri sociale ne pot determina să mâncăm mai des în oraș, ceea ce face ca planurile noastre de masă să cadă mai ușor în derizoriu. Pentru a evita acest lucru, încercați să vă asigurați că mesele planificate pot rezista în frigider, folosiți alimente neperisabile și, mai presus de toate, **dacă observați că aveți tendința de a mânca mai mult în oraș, cumpărați mai puțin decât de obicei.**

- **Legume:** Atunci când vremea este caldă, este normal să ne dorim să mâncăm mai multe alimente proaspete, deși ingredientele sunt tocmai cele care se strică mai ușor. Pentru a evita acest lucru, tot ce vă trebuie este ceva mai multă originalitate atunci când vine vorba de gătit: creme reci de legume, supe reci, înghețată de fructe prea coapte... **Internetul este plin de rețete** pentru a profita la maximum de legumele mai coapte decât de obicei!

Și cum știm că vara este sezonul sărbătorilor... Acest buletin este mai scurt, ca să vă puteți bucura de ale voastre. Aveți și alte sfaturi pentru a face strategii bune împotriva risipei? Spuneți-ne și nouă!

Și luna viitoare...

Asta e tot pentru luna august. Dacă vrei să afli mai multe, te invităm să citești în continuare ghidurile noastre didactice și să ne urmărești pe Facebook, Twitter și LinkedIn. Luna viitoare, mai mult și mai bine?

Spre deșeurile zero!