

despilfarro alimentario



1 de cada 3 alimentos que se produce para el consumo humano termina en la basura



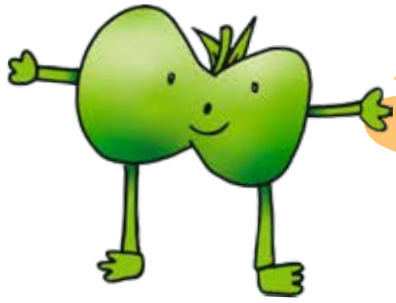
Supone **malgastar los recursos** con los que se han producido (agua, energía, transporte), **más gestión de residuos.**

Tirar los alimentos tiene un gran impacto **ético, medioambiental y económico**

CONSEJOS PARA EL BUEN APROVECHAMIENTO DE LOS ALIMENTOS

- ✓ Revisa con frecuencia la despensa, la nevera y el congelador
- ✓ Planifica el menú
- ✓ No vayas a comprar con hambre
- ✓ Compra paquetes o envases adecuados al número de personas que lo vayan a consumir
- ✓ Ordena y organiza tus alimentos:
Usa recipientes adecuados para conservarlos.
Refrigera, congela, almacena correctamente.
- ✓ Consume los más perecederos antes.
Cuando cocines, adecua las raciones a los que van a comer.





Food Waste



1/3 of all food produced globally is lost or goes to waste



It means wasting the resources with which they have been produced (water, energy, logistic), more waste management

Throwing away food has a great ethical, environmental and financial cost

TIPS NOT TO WASTE FOOD

- ✓ Check your pantry, fridge and freezer frequently
- ✓ Plan a menu
- ✓ Don't go shopping hungry
- ✓ Buy packages or containers suitable for the number of people who will consume it
- ✓ Sort and organize your food: Use the right containers to preserve it. Refrigerate, freeze and store it correctly. Consume the nearest expiration ones before
- ✓ When cooking, adapt the portions to those who have to eat it.

