Warszawa, 23 grudnia 2020

Informacja prasowa

**Ekoświęta, czyli Święta „bez wyrzutów” (i wyrzucania)**

**Zbliżający się okres świąteczny to czas, w którym wiele osób wpada w sidła nadmiernego konsumpcjonizmu. Wszechobecne reklamy i promocje kuszące nas z każdej strony, ozdoby i choinki sprawiają, że zaczynamy działać impulsywnie i pod wpływem emocji zapominamy o zdrowym rozsądku i o tym, jakie skutki będą miały nasze konsumenckie decyzje. W tym roku, według badania firmy Deloitte**[[1]](#footnote-1)**, przeciętna polska rodzina wyda na świąteczne zakupy 1 318 zł. Chociaż jest to 29% mniej, niż wydaliśmy rok temu, można podejrzewać, że wynika to z faktu, że w związku z pandemią tegoroczne Święta będziemy obchodzić w mniejszym gronie. Nie mniej, warto pamiętać, że nasze decyzje zakupowe wpływają nie tylko na zasobność naszego portfela, ale także, a może nawet przede wszystkim, na stan naszej Planety.**

Świąteczny koszyk zakupowy Polaków w tym roku różni się od tego z lat ubiegłych. Chociaż nie zamierzamy nadmiernie oszczędzać na prezentach (zaledwie 8% mniej niż 2019 roku), planujemy wydać zdecydowanie mniej na podróże (spadek o 70%) oraz jedzenie (spadek o 33%). Z pewnością duży wpływ na to ma sytuacja epidemiologiczna w naszym kraju.

- *Jak wynika z raportu „Konsumenci a gospodarka obiegu zamkniętego” kupujemy dużo za dużo nie licząc się z kosztami ekologicznymi - aż 40% badanych przyznało, że kupuje więcej, niż naprawdę potrzebuje. Dotyczy to nie tylko dóbr konsumenckich, ale również jedzenia, co jest szczególnie widoczne w okresie świątecznym. Chcąc dobrze ugościć najbliższych, najczęściej przeszacowujemy ilość planowanego jedzenia i robimy zbyt duże zakupy. Polskie gospodarstwo domowe wyrzuca tygodniowo średnio 4 kg jedzenia, co w skali kraju daje blisko 3 mln ton rocznie. To tak, jakby w każdej sekundzie polscy konsumenci wyrzucali do śmieci 92 kg jedzenia, czyli 184 bochenki chleba. To marnotrawstwo w czystej postaci -* komentuje **dr inż. Krystian Szczepański, Dyrektor IOŚ-PIB, realizującego projekt Klimada 2.0.**

Marnotrawstwo odbija się nie tylko na domowym budżecie, ale ma swoje konsekwencje ekonomiczne, społeczne i środowiskowe wykraczające poza wymiar indywidualny.

Produkcja żywności stanowi obciążenie dla środowiska, między innymi poprzez nakłady wody i energii, które są marnotrawione wraz z wyrzuconą żywnością. Wyrzucenie do kosza 1 kg wieprzowiny wiąże się ze zmarnowaniem ok. 6 000 litrów wody użytej do jej wyprodukowania, a 1 kg wyrzuconego chleba to 1 600 litrów wody[[2]](#footnote-2). Dodatkowo, gnijąca na wysypiskach żywność, emitując w procesie rozkładu gazy cieplarniane do atmosfery, stanowi obciążenie dla środowiska naturalnego.

**Święta bez wyrzutów, czyli jak ograniczyć wyrzucanie jedzenia**

Suto zastawiony stół to nieodzowny element Świąt. Zdarza się, że przygotowujemy zdecydowanie zbyt dużo jedzenia w stosunku do rzeczywistego zapotrzebowania i apetytu naszych gości. Ostatecznie ląduje ono w koszach na śmieci, co w dzisiejszych czasach jest stratą, na którą nie możemy sobie pozwolić. Jak temu zapobiec?

Przed świątecznymi zakupami sporządźmy listę, której będziemy się trzymać niezależnie od kuszących nas niskich cen i okazji specjalnych w sklepach. Pozwoli nam to uniknąć sytuacji, w których kupujemy kolejny taki sam produkt, którego nie będziemy w stanie spożyć w odpowiednim terminie. W miarę możliwości kupujmy na pobliskich targach, pamiętając o tym, jaką odległość musi pokonać jedzenie, zanim trafi na talerz. Dzięki temu ograniczymy ślad węglowy i negatywny wpływ transportu produktów na środowisko. Poza tym produkty sprzedawane lokalnie na targach i bazarach często pochodzą z ekstensywnych[[3]](#footnote-3) upraw oraz ekologicznych hodowli, a do tego są dużo smaczniejsze i zdrowsze.

Robiąc świąteczne porządki, warto wziąć pod uwagę również szafki w kuchni i lodówkę, zwracając szczególną uwagę na ich organizację. Przy porządkowaniu artykułów spożywczych warto stosować zasadę FIFO, czyli „pierwsze weszło, pierwsze wyszło”. W ten sposób zminimalizujemy ryzyko przeterminowania produktów. Bardzo istotne jest również zwracanie uwagi na określenia terminów ważności umieszczonych na opakowaniach – „najlepiej spożyć przed” i „należy spożyć do”, to nie to samo. Pierwsze z nich określa tzw. datę minimalnej trwałości. Minimalnej, czyli nie ostatecznej. Oznacza to, że dobrze przechowywany produkt nawet krótko "po terminie" nie ulega zepsuciu, a może jedynie zmienić się jego konsystencja czy też kolor. Warto takiej żywności dać szansę. Inaczej wygląda sytuacja w przypadku terminu przydatności do spożycia poprzedzonego określeniem „należy spożyć do”, który wskazuje, do kiedy spożycie danego produktu jest bezpieczne.

Samo serwowanie potraw również ma znaczenie. Wydając posiłek, warto nakładać gościom mniejsze porcje bądź zasugerować im samodzielne nałożenie. W ten sposób unikniemy niedojedzonych resztek, które trafią do kosza.

Jeśli mimo dobrego planu po Świętach pozostało nam jedzenie, rozdajmy je zaproszonym gościom lub zamroźmy. Możemy też podzielić się posiłkiem z potrzebującymi, oddając jedzenie w ramach akcji zbierania żywności organizowanych np. przez Banki Żywności bądź do lokalnej Jadłodzielni.

Zmiana naszych konsumenckich przyzwyczajeń nie tylko „od święta” to korzyść nie tylko dla naszego portfela, ale przede wszystkim dla naszej Planety. Niech zbliżające się Święta będą pierwszym krokiem do tej zmiany.

1. https://www2.deloitte.com/pl/pl/pages/consumer-business/articles/zakupy-swiateczne-2020.html [↑](#footnote-ref-1)
2. <https://waterfootprint.org> [↑](#footnote-ref-2)
3. Rolnictwo ekstensywne – rodzaj rolnictwa, w którym nie wykorzystuje się pestycydów, czy nawozów mineralnych [↑](#footnote-ref-3)