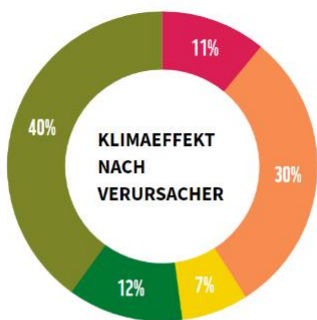




GEMEINSAM GEGEN FOOD WASTE

i Schlecht für Umwelt und Portemonnaie

In der Schweiz fallen pro Jahr **2.8 Millionen Tonnen Lebensmittelverluste** an. Dies entspricht einer Lebensmittelverschwendung (= «Food Waste») **von 330 Kilogramm pro Person pro Jahr**. Ein Viertel der Treibhausgase wird demzufolge durch unsere Ernährung verursacht. Auch finanziell ist Food Waste eine Verschwendung: Im Schnitt wirft jeder Schweizer Haushalt pro Jahr Lebensmittel im Wert von über 600 Franken einfach weg. Ziel der UNO ist es, die Nahrungsmittelverschwendung pro Kopf auf Einzelhandels- und Verbraucherebene bis 2030 um -50 % zu reduzieren.



Landwirtschaft	11%
Verarbeitung	30%
Gross- und Detailhandel	7%
Gastronomie	12%
Endkonsument	40%

Quelle: WWF, 2022



Initiativen gegen Food Waste



Die Schweiz hat sich im Rahmen der «UN Sustainable Development Goals» zum Ziel bekannt, bis 2030 die weltweiten Verluste von Lebensmitteln zu halbieren. Vom Bundesrat wurde die Reduktion von Food Waste in die Strategie «Nachhaltige Entwicklung 2030 (SNE 2030)» als Ziel übernommen. Der Bund hat realisiert, dass bisherige Massnahmen nicht ausreichen, und hat deshalb konkrete Aktionspläne ins Leben gerufen. Es sind alle gefragt: Gemeinden, Unternehmen und Privatpersonen.



Was kann ich als Privatperson tun?

Wenn alle Schweizer*innen es schaffen, mindestens einen Drittel der heutigen Lebensmittelverluste zu verhindern, kann beispielsweise die Menge an CO₂ eingespart werden, die 500'000 Autos jährlich verursachen. Mit rund einem Drittel Anteil am Food Waste in der Schweiz gehört der Endkonsument zu den Hauptverursachern (s. linke Grafik). Auch Sie als Privatperson können die Verschwendung eindämmen.

3 einfache Tipps gegen Food Waste

1. Clever Einkaufen
2. Haltbarkeit der Lebensmittel verlängern
3. Richtig Portionieren und Reste verwerten

(mehr zu den Tipps auf der Rückseite)

WIE KANN ICH FOOD WASTE REDUZIEREN?

Meistens entstehen Lebensmittelabfälle weil:

- Wir mehr kaufen, als wir benötigen.
- Wir grössere Verpackungen kaufen, als wir brauchen.
- Wir Lebensmittel im Kühlschrank vergessen.
- Wir Lebensmittel nicht korrekt lagern und sich so die Haltbarkeit verringert.
- Wir das Mindesthaltbarkeitsdatum falsch interpretieren und Produkte nicht mit unseren Sinnen beurteilen.
- Wir mehr kochen, als wir brauchen und Resten nicht verwerten.

3 einfache Tipps gegen Food Waste



1. Clever Einkaufen

Planen Sie Ihren Wochenbedarf und erstellen Sie eine Einkaufsliste. Bevor Sie einkaufen gehen, werfen Sie einen Blick in den Kühlschrank, um zu sehen, was noch da ist. Kaufen Sie nur was Sie brauchen. Geben Sie kleinen oder unverpackten Portionen den Vorzug und seien Sie vorsichtig mit Aktionen – nur kaufen, wenn Sie sie auch wirklich konsumieren werden. Kaufen Sie, wenn immer möglich lokal und saisonal. Essen Sie etwas Kleines vor dem Einkauf – ein knurrender Magen wird Sie dazu verleiten, mehr zu kaufen als Sie brauchen!

Falls Sie keine Lust haben zu kochen, können Sie über die Plattform www.toogoodtogo.ch Essen einkaufen, das ansonsten weggeworfen werden würde.



Too Good To Go



2. Haltbarkeit der Lebensmittel verlängern

„Zu verbrauchen bis“, „Zu verkaufen bis“ und „Mindestens haltbar bis“ haben unterschiedliche Bedeutungen! Wenn das Datum „zu verbrauchen bis“ überschritten wurde, sollten Sie die Lebensmittel nicht mehr konsumieren. Ansonsten gilt: Orientieren Sie sich nicht nur an den Daten, sondern vertrauen Sie auf Ihre Sinne – sehen, riechen, schmecken – um herauszufinden, ob die Lebensmittel noch geniessbar sind.

Stellen Sie die Temperatur Ihres Kühlschranks auf 7°C ein – bei wärmeren Temperaturen wird das Wachstum schädlicher Bakterien begünstigt. Bewahren Sie Essensreste in durchsichtigen Behältern auf. Haben Sie zu viel eingekauft und können nicht alles davon essen? Die meisten Lebensmittel können eingefroren werden! Brot bis zu drei Monaten, gewisse tierische Produkte bis zu einem Jahr.



3. Richtig Portionieren und Reste verwerten

Hier eine Kartoffel zu viel, dort ein kleiner Rest Pasta im Topf – häufig sind es kleine Portionen, die übrig bleiben und dann entsorgt werden. Der beste Trick, dies zu umgehen: Schon vor dem Kochen richtig portionieren! Wenn dennoch etwas übrigbleibt: Richtig lagern, dann können Sie es zu einem späteren Zeitpunkt geniessen oder daraus ein neues Menü zaubern.

Widmen Sie einen Tag pro Woche der Resteverwertung, z.B. den Montag, wenn Sie Reste vom Wochenende haben und nicht lange in der Küche stehen möchten.

(Quelle foodwaste.ch)

ENTDECKEN SIE MEHR UNTER:

- Verein foodwaste.ch: www.foodwaste.ch
- WWF Schweiz: www.wwf.ch
- Save Food Initiativen: www.savefood.ch

.....oder rufen Sie uns an!

KONTAKTIEREN SIE UNS

Haben Sie Fragen rund um Energie- und Klimathemen?

Wir beraten Sie unabhängig und neutral.

Telefon 027 527 01 18

Energieberatung Oberwallis

Aletsch Campus, Bahnhofstrasse 9c, 3904 Naters

info@energieberatung-oberwallis.ch

www.energieberatung-oberwallis.ch