



A3 - MALBARATAMENT D'ALIMENTS: PRENEM CONSCIÈNCIA (C.M. - 4t)

Què és el malbaratament d'aliments?

El malbaratament alimentari és el menjar que es **perd** o es **llença** al llarg de tota la cadena alimentària, és a dir, des del camp a les cases. Es calcula que a Catalunya en un any es malbaraten **260.000 tones** d'aliments a les cases, restaurants, bars o comerços.

Nosaltres malbaratem?

La **indústria alimentària** genera més aliments (excedents) dels que poden comercialitzar per diverses raons: defectes d'envasament, data de caducitat a punt d'expirar, sobreproducció...

Tot i això, més de la meitat del menjar malbaratat es llença a les **cases** on vivim. Amb aquesta quantitat es podria alimentar **mig milió de persones** durant tot un any!

Les **raons** del malbaratament alimentari són que sovint comprem en excés, el menjar se'ns fa malbé o caduca, oblidem el menjar al rebost o a la nevera, cuinem massa menjar i moltes vegades no sabem aprofitar les restes.

Què podem fer?

Hem de prendre consciència i corregir els nostres hàbits:

Planificar les compres: comprar només allò que ens faci falta per evitar comprar en excés.

Conservar els aliments: conservar o refrigerar els aliments adequadament per tal que no es facin malbé.

Ordre: mantenir la nevera i el rebost ordenat per no oblidar menjar i que acabi caducant.

Cuinar amb mesura: fer les dosis més ajustades perquè no sobri menjar.

Aprofitament: aprofitar les restes dels àpats que no s'han acabat.



Teatralització sobre el malbaratament d'aliments
Joc sobre la separació d'aliments
Debat reflexiu sobre el tema
Mural del compromís de l'agent antimalbaratament