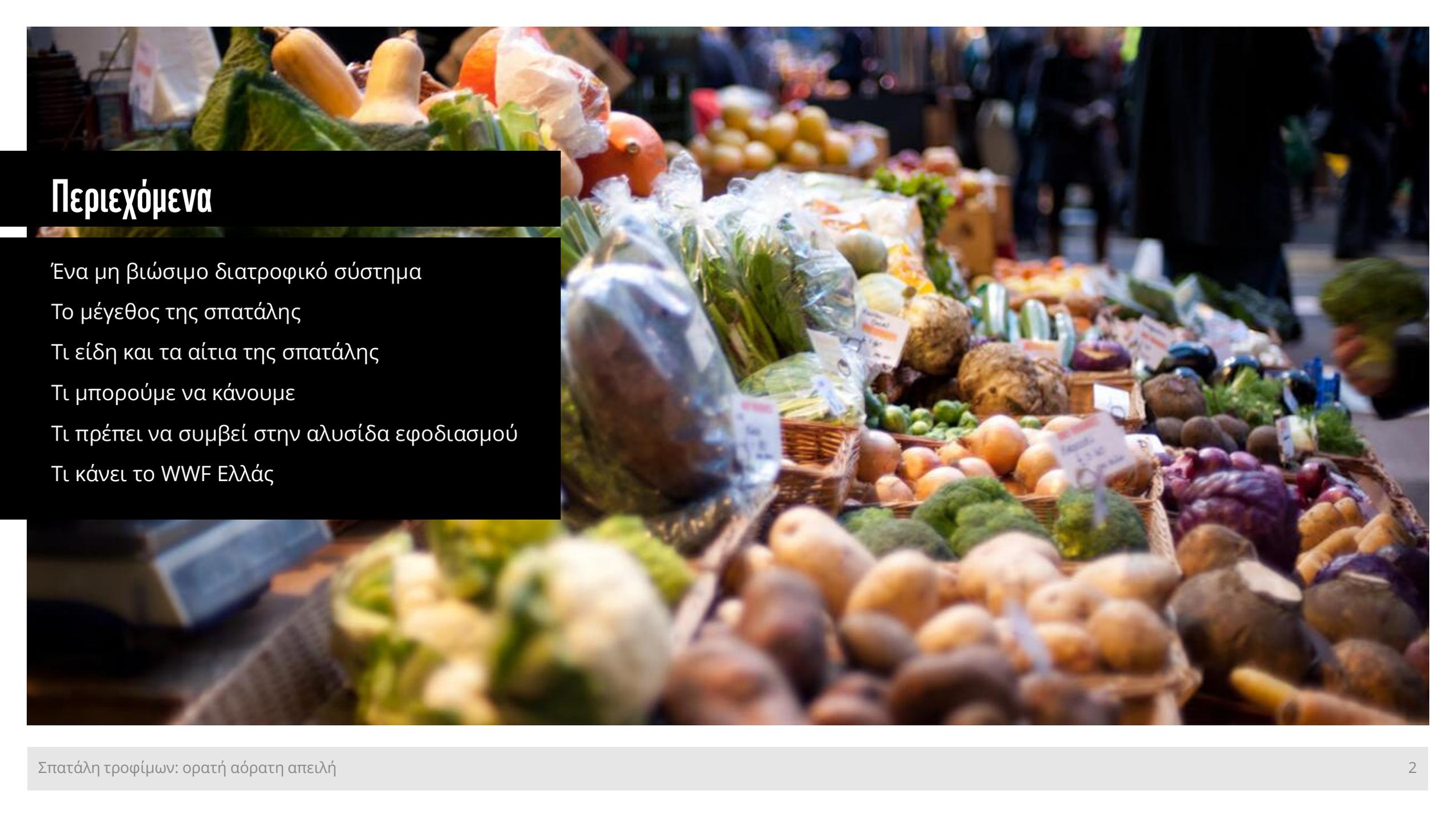




# Σπατάλη τροφίμων: ορατή αόρατη απειλή

Αχιλλέας Πληθάρας, WWF Ελλάς

Μάρτιος 2023



## Περιεχόμενα

Ένα μη βιώσιμο διατροφικό σύστημα

Το μέγεθος της σπατάλης

Τι είδη και τα αίτια της σπατάλης

Τι μπορούμε να κάνουμε

Τι πρέπει να συμβεί στην αλυσίδα εφοδιασμού

Τι κάνει το WWF Ελλάς

# Ένα μη βιώσιμο παγκόσμιο διατροφικό σύστημα



**80%**  
ΑΠΟΨΙΛΩΣΗΣ  
ΔΑΣΩΝ



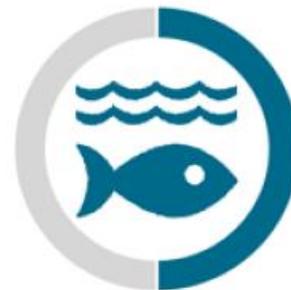
**29%**  
ΑΕΡΙΩΝ  
ΘΕΡΜΟΚΗΠΙΟΥ



**70%**  
ΧΡΗΣΗ ΓΛΥΚΩΝ ΝΕΡΩΝ



**70%**  
ΑΠΩΛΕΙΑ  
ΧΕΡΣΑΙΑΣ  
ΒΙΟΠΟΙΚΙΛΟΤΗΤΑΣ



**50%**  
ΑΠΩΛΕΙΑ  
ΒΙΟΠΟΙΚΙΛΟΤΗΤΑΣ  
ΓΛΥΚΟΥ ΝΕΡΟΥ



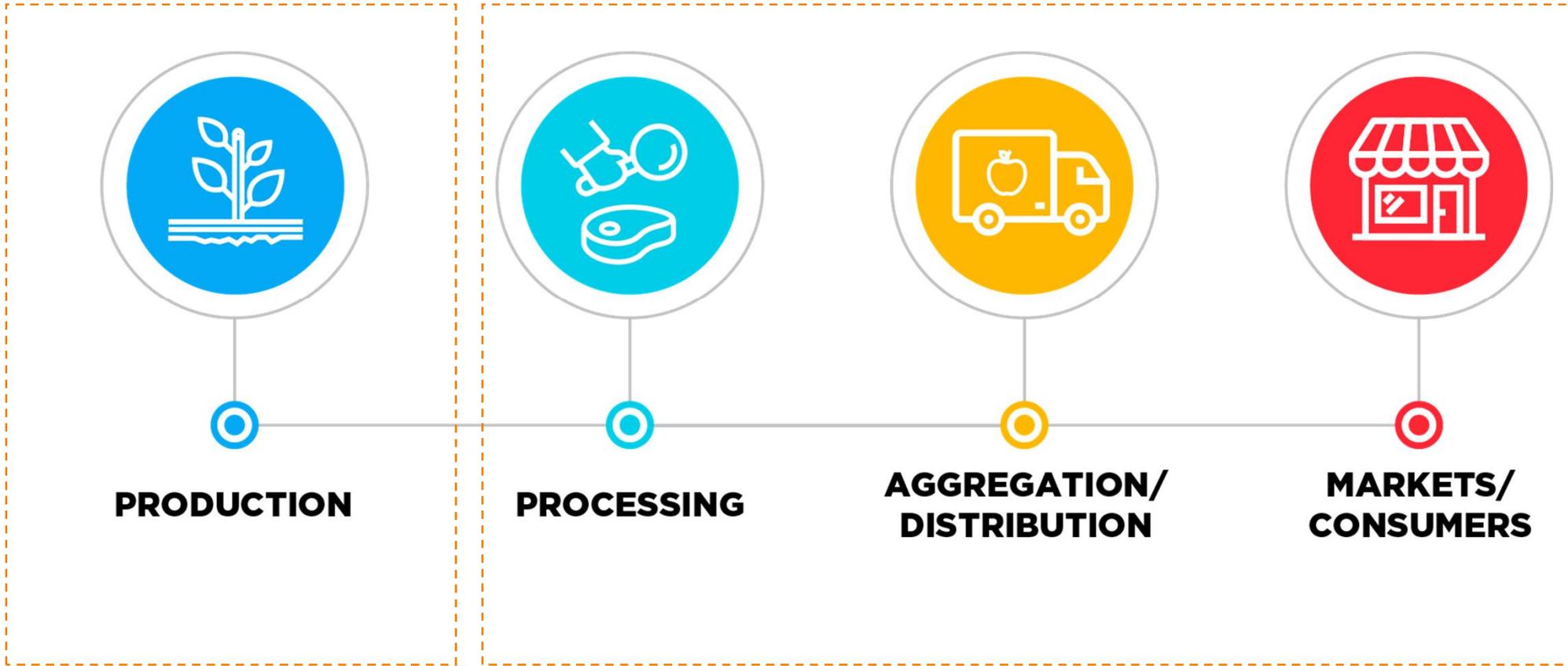
**52%**  
ΥΠΟΒΑΘΜΙΣΗ  
ΓΕΩΡΓΙΚΗΣ ΓΗΣ



## UN food summit 2021

- Αναζήτηση διεθνών και εθνικών δεσμεύσεων για στροφή σε υγιεινά διατροφικά πρότυπα.
- Ανακατεύθυνση του πρωτογενούς τομέα από την παραγωγή μεγάλων ποσοτήτων τροφής προς την παραγωγή υγιεινής τροφής.
- Βιώσιμη βελτίωση της αποδοτικότητας της αγροτικής παραγωγής.
- Ισχυρό και συντονισμένο σύστημα διακυβέρνησης για το αγροδιατροφικό σύστημα.
- Μείωση τουλάχιστον κατά 50% της απώλειας και σπατάλης τροφίμων, σε συμφωνία με τον SDG 12.3.

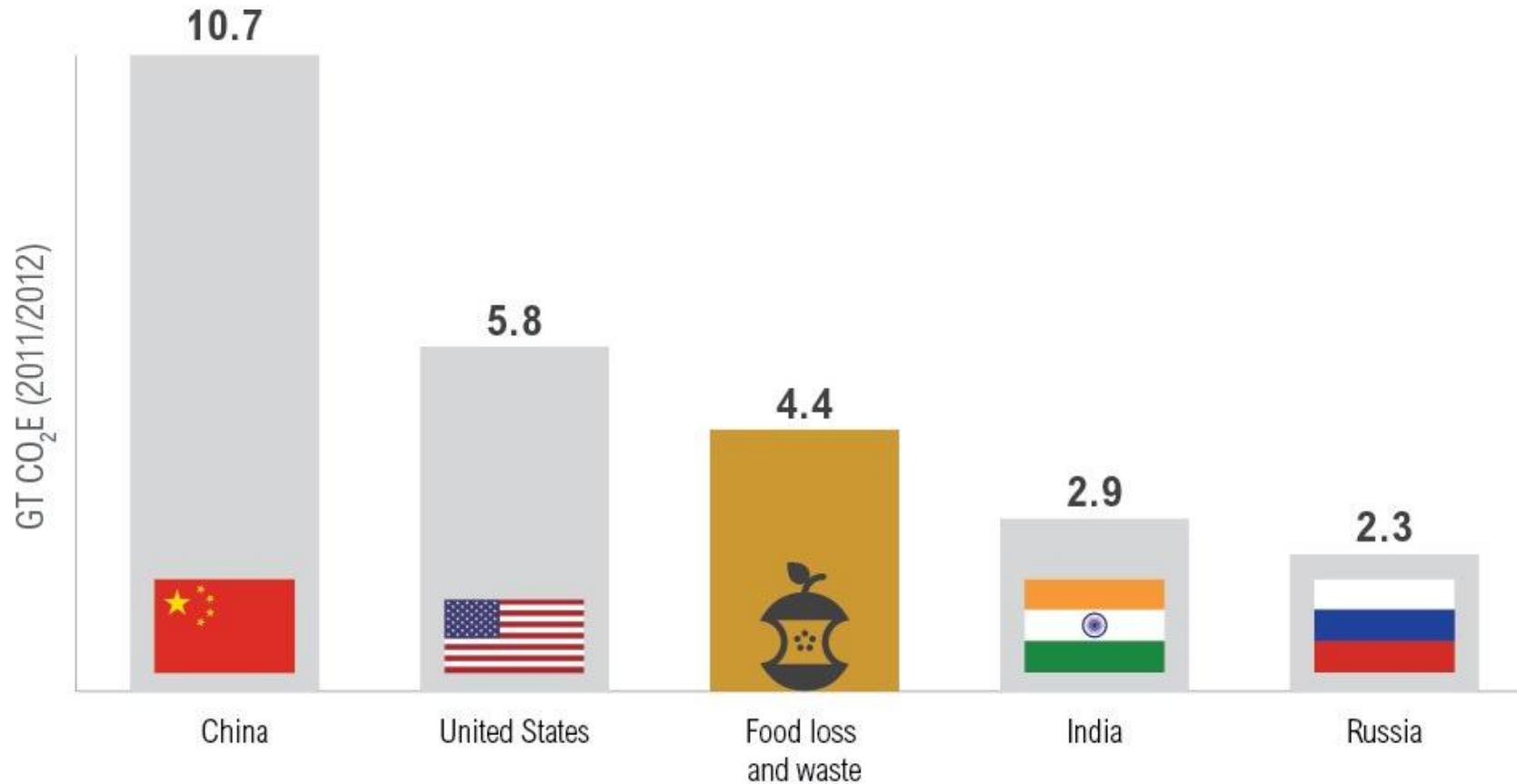
# Ποιο το πρόβλημα με τη σπατάλη τροφίμων;



1,2 δις τόνοι

931 εκ. τόνοι

# Ποιο το πρόβλημα με τη σπατάλη τροφίμων;



# Ποιο το πρόβλημα με τη σπατάλη τροφίμων;



Μόλις το 1% του νερού της γης μπορεί να καταναλωθεί. Από αυτό το 70% χρησιμοποιείται στην άρδευση για την παραγωγή τροφίμων.

Αν σώσουμε 1 αυγό, σώζουμε 185 λίτρα νερού που χρειάστηκαν για την παραγωγή του.

Αν σώσουμε το 1/3 της τροφής που σήμερα καταλήγει στα σκουπίδια, σώζουμε 250 τρις λίτρα ετησίως, ποσότητα ικανή για να καλύψει τις ανάγκες της ανθρωπότητας για ύδρευση τα επόμενα 30 χρόνια.



Η παραγωγή τροφής αξιοποιεί το 30% της ενέργειας που καταναλώνουμε. Η σπατάλη τροφίμων ευθύνεται σχεδόν για το 10% των παγκόσμιων εκπομπών CO<sub>2</sub>.

Αν σώσουμε 1 κιλό βοδινό, σώζουμε 13,17 κιλά CO<sub>2</sub>.  
Αν σώσουμε το 1/3 της τροφής που σήμερα καταλήγει στα σκουπίδια, θα καταναλώνουμε 10% λιγότερη ενέργεια, ικανή ποσότητα για να καλύψει τις ανάγκες ηλεκτροδότησης 1 δις σπιτιών.



Η παραγωγή τροφής χρησιμοποιεί το 40% της διαθέσιμης γης και ευθύνεται για το 80% της αποδάσωσης.

Αν σώσουμε το 1/3 της τροφής που σήμερα καταλήγει στα σκουπίδια, σώζουμε σχεδόν 19.000 km<sup>2</sup> δασών κάθε χρόνο, έκταση ίση με 2,6 εκατομμύρια γήπεδα ποδοσφαίρου.

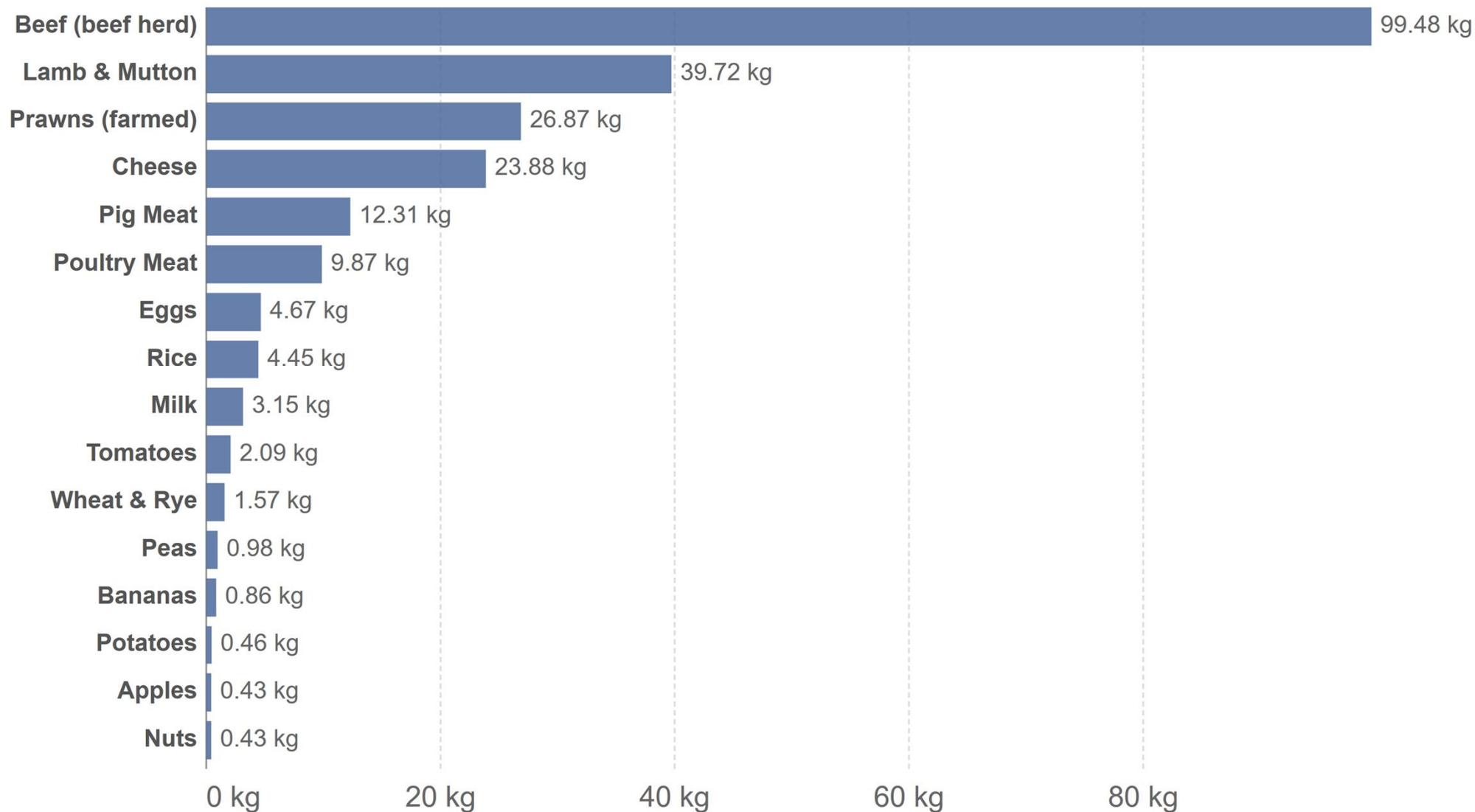


Το διάστημα μεταξύ 1970 – 2014, ο μέσος πληθυσμός της άγριας ζωής (αμφίβιων, ερπετών, θηλαστικών, ψαριών και πουλιών) έχει μειωθεί κατά 60%.

Το διατροφικό σύστημα έχει αναγνωριστεί ως η βασική αιτία της μείωσης των ειδών. Αν σώσουμε το 1/3 της τροφής που σήμερα καταλήγει στα σκουπίδια, μπορούμε να διατηρήσουμε τα οικοσυστήματα και να επαναφέρουμε τον πληθυσμό των ειδών σε βιώσιμα επίπεδα.

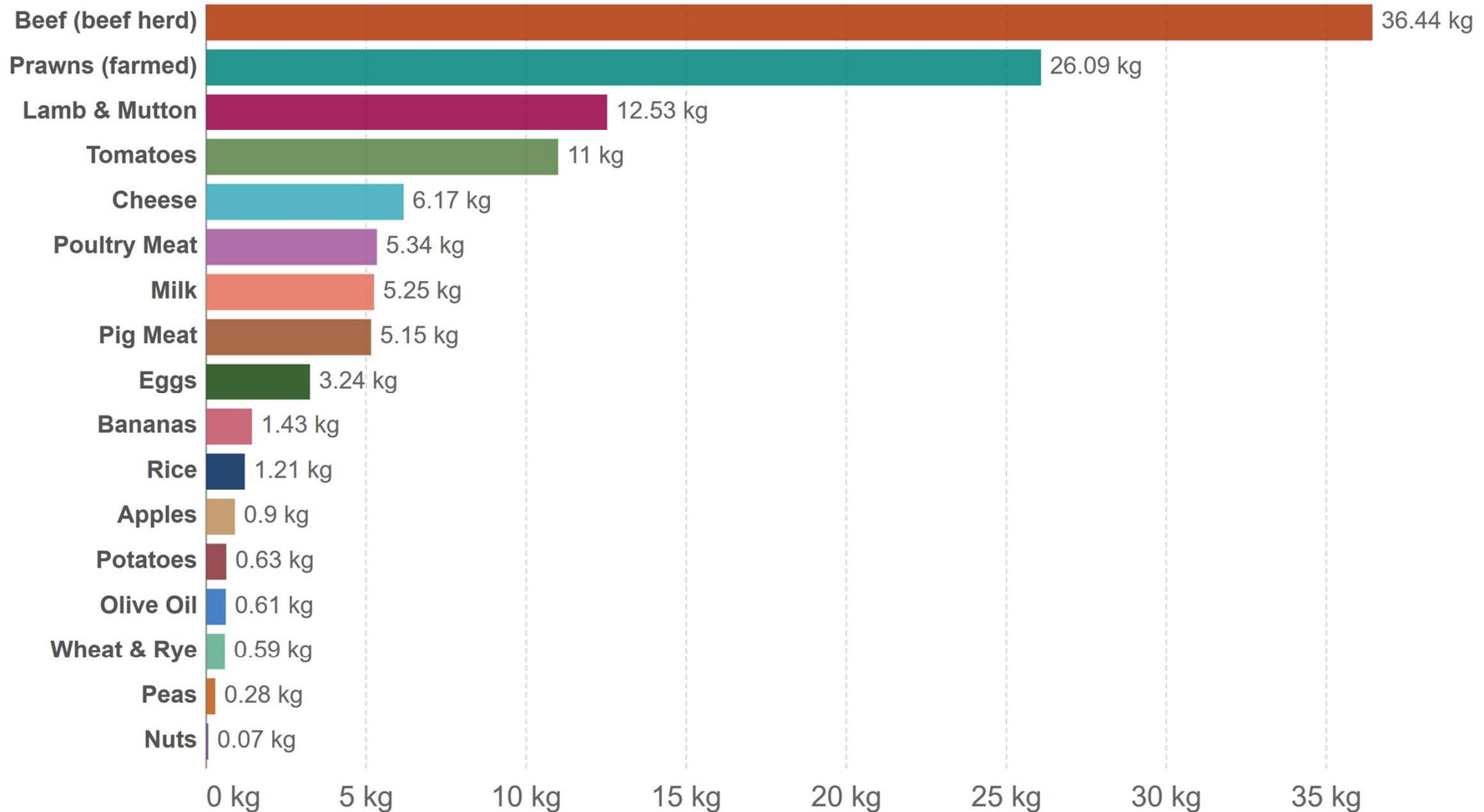
# Greenhouse gas emissions per kilogram of food product

Emissions are measured in carbon dioxide-equivalents<sup>1</sup>. This means non-CO2 gases are weighted by the amount of warming they cause over a 100-year timescale.



# Greenhouse gas emissions per 1000 kilocalories

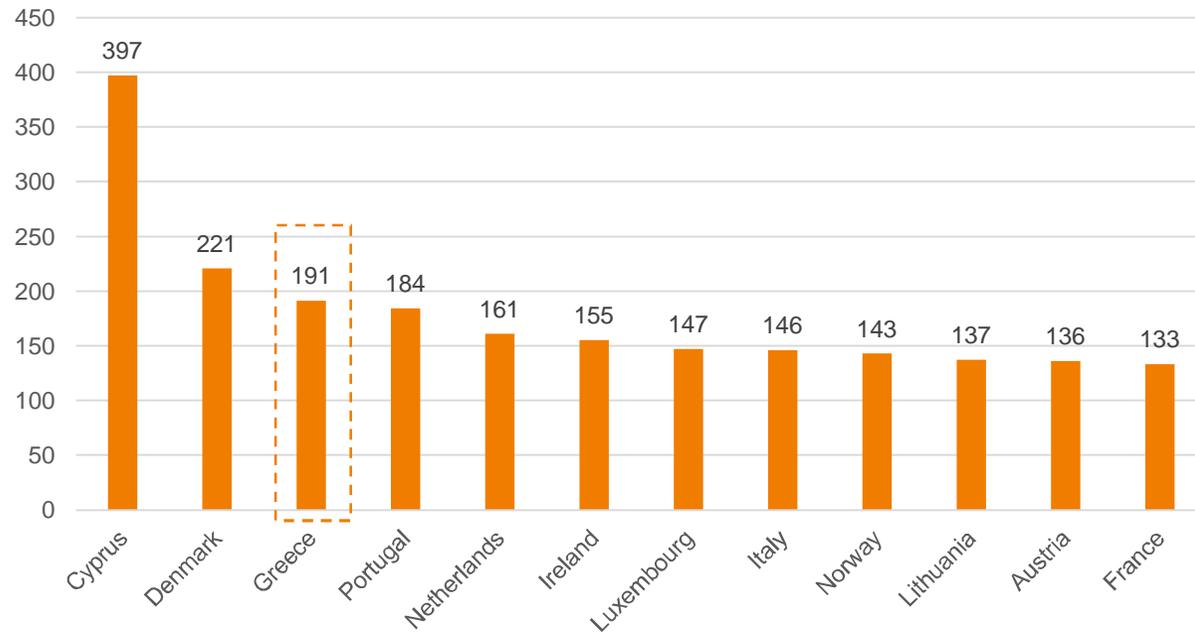
Greenhouse gas emissions<sup>1</sup> are measured in carbon dioxide-equivalents (CO<sub>2</sub>eq)<sup>2</sup>.



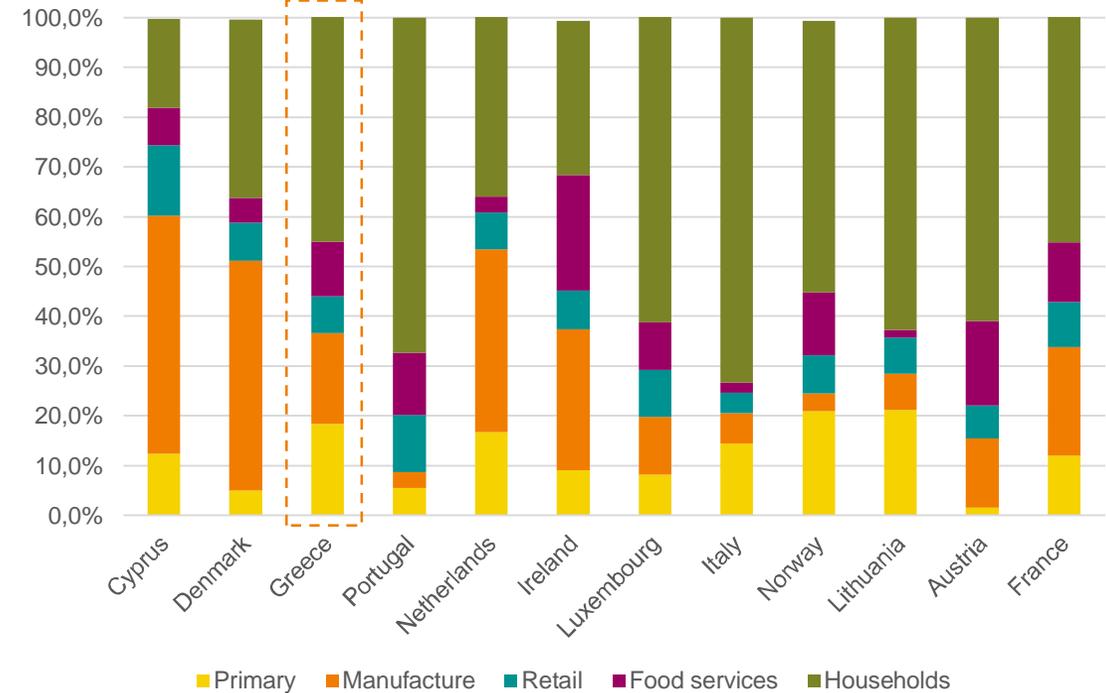
# Το μέγεθος της σπατάλης σε Ελλάδα και Ευρώπη



Συνολικές απώλειες τροφίμων (κιλά ανά κάτοικο)



Κατανομή απώλειας τροφίμων (%)

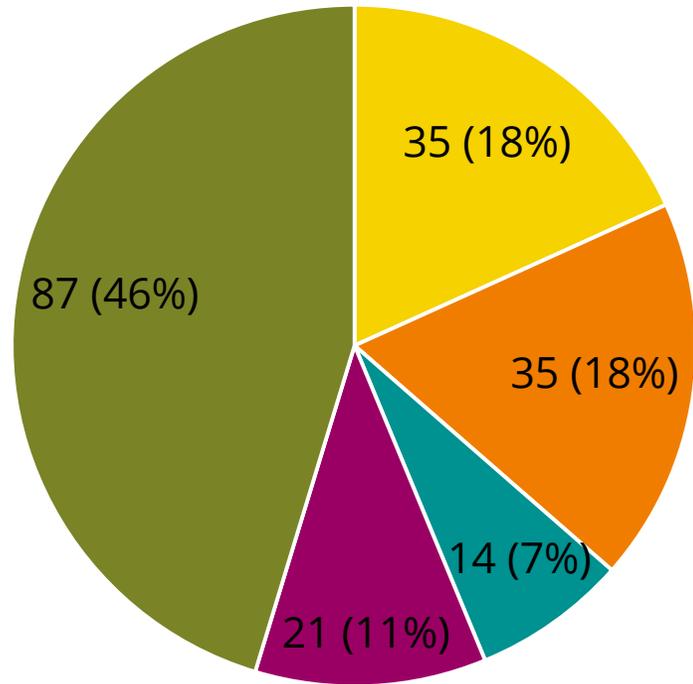


58,5 εκ. τόνοι

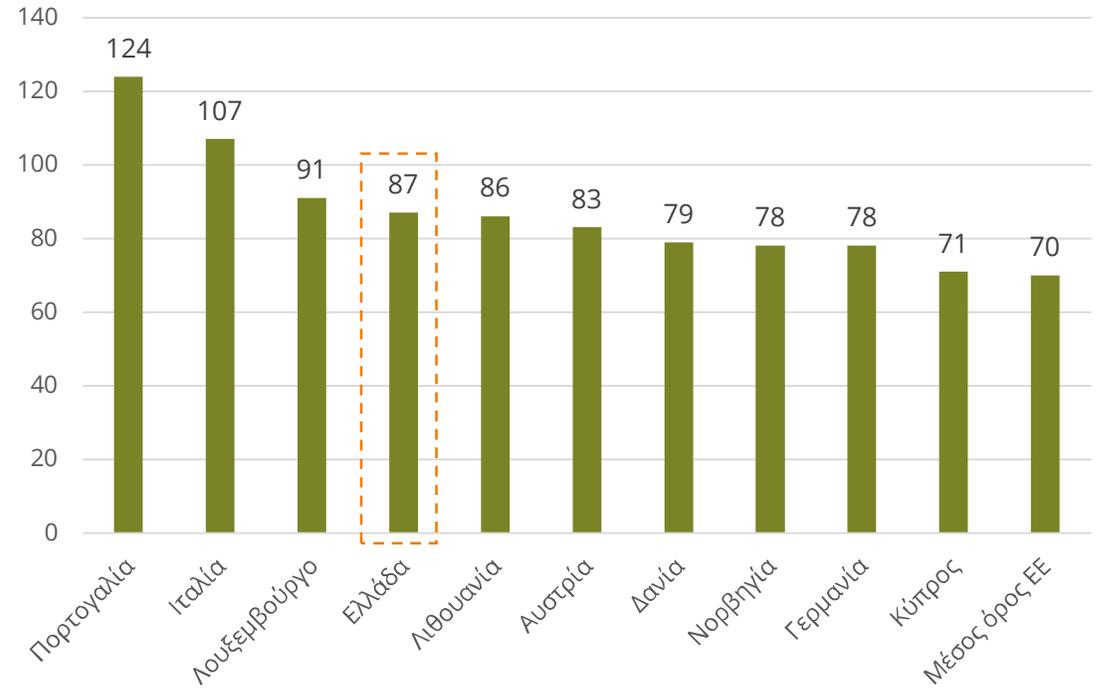


2,04 εκ. τόνοι

# Το μέγεθος της σπατάλης στην Ελλάδα



- Παραγωγή
- Μεταποίηση
- Λιανεμπόριο
- Εστίαση
- Νοικοκυριά



# Τα είδη που πετάμε στα νοικοκυριά



Στην Ελλάδα, εκτιμάται ότι κάθε ένας από εμάς πετά περίπου **98 κιλά** τροφής σε ετήσια βάση.



Από αυτά, τα **55 κιλά** είναι τρόφιμα που θα μπορούσαν να καταναλωθούν με ασφάλεια...



...ενώ τα **43** είναι μη-αποφύξιμα (φλούδες, κόκκαλα, κλπ.).



Συνολικά, κάθε χρόνο σχεδόν **500.000 τόνοι** τροφίμων πετιούνται, αντί να καταλήξουν στο στομάχι μας.

Κάθε χρόνο, μια τετραμελής οικογένεια στην Ελλάδα πετά κατά μέσο όρο, περίπου:



36 κιλά  
λαχανικά



25 κιλά  
φρούτα



25 κιλά  
αρτοποιή-  
ματα



25 κιλά  
γαλακτο-  
κομικά



12 κιλά  
ζυμαρικά  
και ρύζι



11 κιλά  
πατάτες



10,5 κιλά  
κρέας και  
ψάρι



4,5 κιλά  
αυγά

Όλα αυτά δεν περιλαμβάνουν φλούδες, κόκκαλα κλπ. Είναι τρόφιμα που μπορούν να καταναλωθούν πλήρως και με ασφάλεια. Σε αυτές τις ποσότητες δεν συμπεριλαμβάνεται η σπατάλη που προκαλείται από κατανάλωση εκτός σπιτιού (εστιατόρια, fast food, ξενοδοχεία).

Πηγή: Χαροκόπειο Πανεπιστήμιο



## Πετάμε χωρίς να το καταλαβαίνουμε

- Ο ελλιπής προγραμματισμός των αγορών, παρορμητικές αγορές.
- Οι λανθασμένες πρακτικές συντήρησης και αποθήκευσης τροφίμων.
- Η σύγχυση που υπάρχει σχετικά με τη διαφορά μεταξύ «ημερομηνίας λήξης» και «ανάληψης κατά προτίμηση».
- Η εμφάνιση των τροφίμων και η δυσκολία να αντιληφθούμε αν έχουν χαλάσει.
- Ο λανθασμένος υπολογισμός των μερίδων με αποτέλεσμα να μαγειρεύουμε περισσότερο απ' ό,τι χρειάζεται.
- Η έλλειψη διάθεσης για κατανάλωση του φαγητού που περίσσεψε.
- Οι διαφορετικές διατροφικές προτιμήσεις των μελών της οικογένειας.
- Η έλλειψη ενημέρωσης γύρω από τη σημασία του περιορισμού της σπατάλης.

## Αγοράζω



Ψωνίζω πάντα με λίστα που έχω ετοιμάσει από πριν.

Ελέγχω πάντα την ημερομηνία λήξης πριν αγοράσω τρόφιμα.

Δεν με φοβίζει η «ημερομηνία ανάλωσης κατά προτίμηση».

Για φρέσκα φρούτα και λαχανικά, προτιμώ εποχικά και τοπικά προϊόντα.

## Μετράω!

## Συντηρώ



Δεν στοιβάζω πολλά πράγματα στο ψυγείο ή στο ράφι.

Στο ψυγείο και στα ντουλάπια, τοποθετώ μπροστά τα πιο παλιά τρόφιμα.

Ακολουθώ τις οδηγίες συντήρησης.

Χρησιμοποιώ περισσότερο την κατάψυξη.

Καθαρίζω τακτικά το ψυγείο και κρατώ τη θερμοκρασία στη συντήρηση μεταξύ 2-4 °C.

## Καταναλώνω



Μαγειρεύω και σερβίρω τις κατάλληλες μερίδες.

Ό,τι περισσεύει, φυλάσσεται για το βράδυ ή τις επόμενες μέρες.

Με περισσεύματα φτιάχνω νέες συνταγές.

Ξεφλουδίζω μόνο ό,τι χρειάζεται.

Κάνω τακτική εκκαθάριση και προγραμματίζω γεύματα με ό,τι υπάρχει σε απόθεμα.

Αν δεν μπορώ να καταναλώσω κάτι, το μοιράζομαι.



## Παρεμβάσεις σε όλη την αλυσίδα εφοδιασμού

- Έρευνα για τα ακριβή μεγέθη απωλειών ανά κλάδο
- Υιοθέτηση παγκόσμιου στόχου 12.3
- Εθνικό σχέδιο μείωσης σπατάλης
- Δεσμεύσεις σε επιχειρήσεις (μέτρηση, στόχος, καλύτερη σήμανση, χρόνος ζωής)
- Ανάληψη εθελοντικών συμφωνιών και μηχανισμός συνεργειών και ανταλλαγής γνώσης
- Περιορισμός κακών πρακτικών
- Κατάρτιση επιχειρήσεων και στήριξη καινοτομιών
- Κριτήρια μείωσης σπατάλης στις δημόσιες προμήθειες
- Πληρώνω όσο πετάω και εκτροπή από την ταφή
- Ουσιαστική ενημέρωση πολιτών
- Εκπαίδευση μαθητών / σχολικά γεύματα
- Σχήμα πολιτικής διακυβέρνησης



Picnic basket



Υγιή παιδιά, υγιής πλανήτης



Φεστιβάλ για τη μείωση της σπατάλης



Μενού για 5000 / Αθήνα / Θεσσαλονίκη



## HOTEL | KITCHEN

Μέτρηση, καταγραφή, μείωση και πρόληψη σπατάλης στα ξενοδοχεία.



WORKING TOGETHER  
TO REDUCE FOOD WASTE  
FROM FARM TO FORK



Μείωση σπατάλης κατά 50% έως το 2025 σε όλη την εφοδιαστική αλυσίδα



**food**providers  
waste fighters

Μέτρηση απωλειών στο contract catering



Πολιτικό έργο: συμμετοχή στο εθνικό συμβούλιο κυκλικής οικονομίας, παροχή πολιτικών προτάσεων και άσκηση πίεσης, συμμετοχή στη Συμμαχία για μείωση της σπατάλης

together possible™



Working to sustain the natural world for the benefit of people and wildlife.

together possible™ panda.org

WWF® and ©1986 Panda Symbol are owned by WWF. All rights reserved.  
WWF, 28 rue Mauverney, 1196 Gland, Switzerland. Tel. +41 22 364 9111  
CH-550.0.128.920-7