



الطعام يهدر عندما

نشترى أكثر من الحاجة
نطبخ أكثر من اللازم
نخزن الطعام بطريقة غير صحيحة
نرمى باقى الطعام بعيدا

هل تعلم أن..

- الأسر تنفق فى المتوسط 1,036 دولار سنويا على المواد الغذائية التى تهدر. عبر نيو ساوث ويلز هذا المبلغ أجمالا يكون 2.5 مليار دولار
- معظم نفاياتنا الغذائية تنتهى فى المكب. عندما تتحلل فضلات الطعام تنتج غاز الميثان- غاز الدفينة وهو 25 مرة أكثر ضررا على البيئة من ثانى أكسيد الكربون
- هدر الطعام يهدر الطاقة، المياه والموارد الطبيعية التى استخدمت لزراعة، نقل وتسويق هذا الطعام
- يهدر الطعام بسبب الشراء أكثر من اللازم، الطبخ كثيرا وعدم وجود التخطيط لوجبات الطعام

الأجراءات الرئيسية

- خطط قائمة طعامك الاسبوعية وتسوق بالقائمة
- تفقد برادك وخزانتك قبل كتابة قائمة التسوق
- فكر جيدا قبل شراء العروض المخفضة والصفقات
- قس أحجام حصص الطعام التى تقدمها
- أستخدم باقى الطعام فى وصفات جديدة
- دائما أبحث عن تاريخ الاستخدام وراجع تغليف المواد الغذائية للحصول على نصائح التخزين الصحيح