

Atbildīgs pārtikas patēriņš

Atbildīgs pārtikas patēriņš - apzināti izdarītas izvēles attiecībā uz pārtiku, ko ēdam, ievērojot veselības, vides, politikas, sociālos, kultūras un ekonomiskos aspektus, kurus skar mūsu izvēle, un kuri ir saskaņā ar visu cilvēku pamatvajadzībām, ir labvēlīgi planētai, individuālam patērētājam un sabiedrībai kopumā.

Ko es ēdu?



Mums jācenšas:

- Ēst mazāk, bet labāk
- Pēc iespējas ēst vietēju, sezonālu un bioloģisku pārtiku
- Biežāk aizstāt gaļas produktus ar augu izcelsmes produktiem
- Izvairīties no palmu eļļas
- Izvēlēties ēdienu, kas ražots ar cieņu pret cilvēkiem un planētu (ūdeni, augsni, ekosistēmām un klimatu)
- Ar savu izvēli veicināt šķirņu daudzveidības saglabāšanu
- Izbeigt pārtikas izmešanu atkritumos

