



**LUCHA CONTRA EL
DESPILFARRO DE
ALIMENTOS**

Sobre el Banco de Alimentos

El Banco de Alimentos es una asociación cuyo objetivo es la lucha contra el hambre y el despilfarro de alimentos.

Recogemos Alimentos de dos maneras diferentes:

- A través de Excedentes: Mermas de los supermercados que recogemos a diario.
- A través de Donaciones tanto físicas como económicas, sin ningún fin lucrativo



Alimentos que más tiramos



Desperdiciamos entre
28-30 kg/año/persona



Lugares donde más se desperdicia el alimento

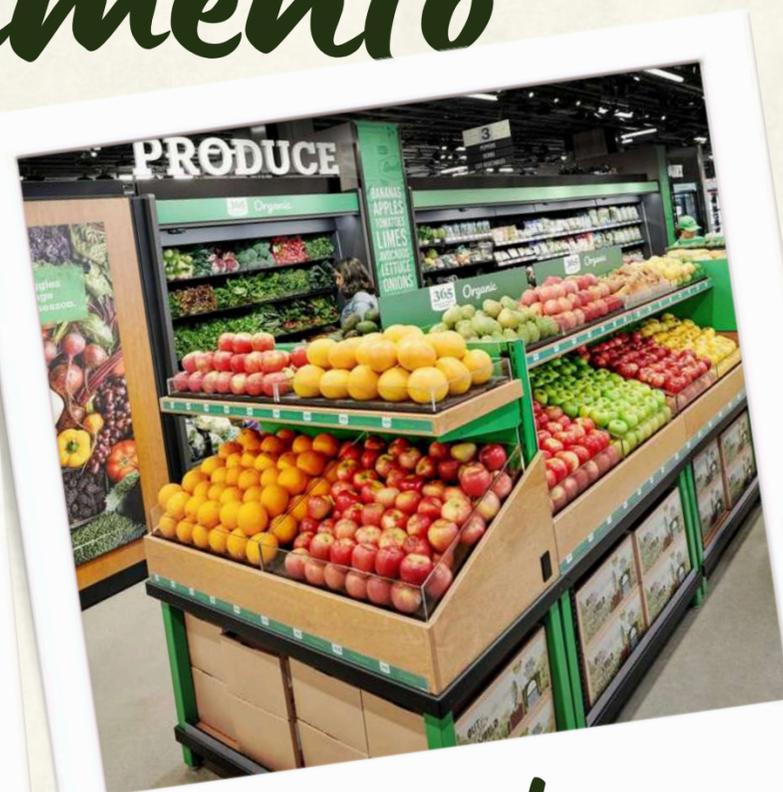


Agricultura



HORECA

Hoteles / restaurantes / catering



Mercados



Hogares



Se desperdicia más alimentos en los **HOGARES**



- Comprar en exceso puede llevar a un desperdicio de productos alimenticios. Tener la nevera llena suele conllevar un desperdicio enorme de alimentos
- Porciones excesivas: en la mayoría de los casos la comida sobrante acaba en la basura.
- Confusión con las fechas de consumo: algunas personas no tienen claro que hay diferencia entre fecha de caducidad y fecha de consumo preferente.



Fecha de **caducidad**

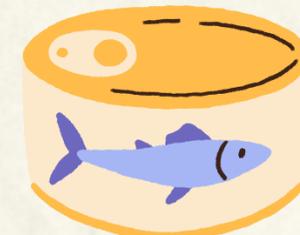
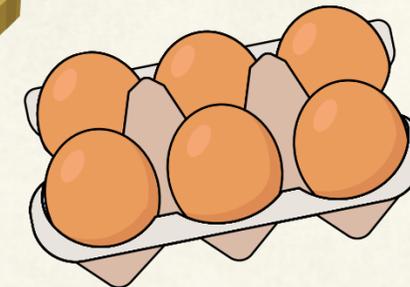
VS



Fecha de consumo **preferente**

A partir de esa fecha no debe consumirse ese alimento. Supone un riesgo para la salud

A partir de esa fecha el alimento pierde algunas de sus propiedades pero no supone riesgo para la salud



Y ahora... Organiza tu menú *diario*



| | LUNES | MARTES | MIÉRCOLES | JUEVES | VIERNES |
|----------|-------|--------|-----------|--------|---------|
| DESAYUNO | | | | | |
| COMIDA | | | | | |
| CENA | | | | | |

Si preparamos un menú de la semana luchamos contra el despilfarro de alimentos. Al saber lo que vamos a cocinar, sabemos también los ingredientes y las cantidad que necesitamos comprar.



¿Qué se hace en el Banco de Alimentos?

- A** Se recogen los alimentos en mal estado
- B** Se venden alimentos a los más necesitados
- C** Se reparten los alimentos donados a las familias necesitadas

¿Qué alimentos se tiran más a la basura?

- A** Los alimentos no perecederos
- B** Los alimentos perecederos; fruta, verdura y pan.
- C** Los alimentos que menos nos gustan

Los excedentes son las sobras que traen los donantes al almacén.

TRUE

FALSE

Enumera algunos trucos que utilices en tu casa para no desperdiciar el alimento

Di algunos alimentos con consumo preferente

- A** Leche, yogures y derivados lácteos
- B** Carne, pescado, fruta y verdura.
- C** Los alimentos con más conservantes

¿Cuál de las siguientes acciones ayuda a reducir el desperdicio de alimentos en casa?

- A** Tirar los alimentos que están a punto de caducar
- B** Planificar las comidas y comprar solo lo necesario
- C** Guardar los alimentos en lugares inapropiados

¿Qué impacto tiene el desperdicio de alimentos en el medio ambiente?

- A** Reduce las emisiones de gases de efecto invernadero
- B** No tiene impacto alguno
- C** Contribuye al agotamiento de recursos naturales y aumenta la contaminación

Se desperdicia más alimentos en los mercados

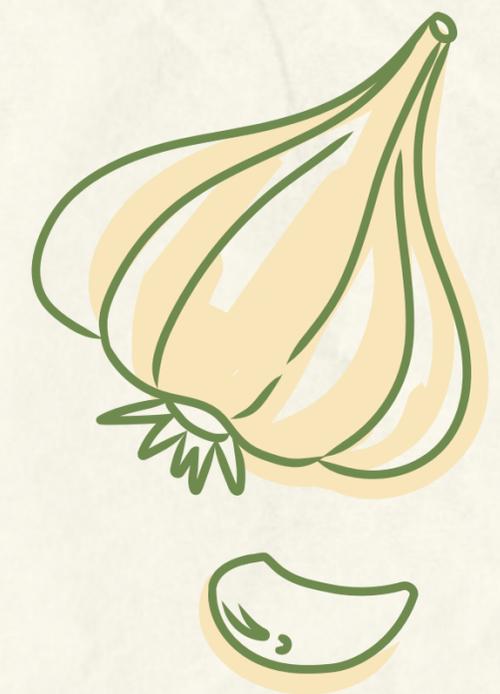
TRUE

FALSE

Enumera algunos beneficios de reducir el desperdicio de alimentos

¿Qué es el Banco de Alimentos?

- A** Una Asociación sin ánimo de lucro
- B** Un club deportivo
- C** Una institución del Estado



**MUCHAS
GRACIAS**

**ANÍMATE A DONAR, UN GRANITO DE ARENA PARA TI,
ES UNA MONTAÑA ENORME PARA OTROS.**