



ROMÂNIA
JUDETUL SATU MARE
PRIMARIA COMUNEI CERTEZE

447100 Certeze, strada Principala, nr. 285
Tel/Fax: 0261/858005, e-mail: office@primaria-certeze.ro
Tel/Fax: 0261/858001

NR.7702/29.09.2026

ANUNȚ – ZIUA INTERNAȚIONALĂ DE CONȘTIENTIZARE A PIERDERILOR ȘI RISIPEI ALIMENTARE

29 septembrie 2026 – Ziua Internațională de Conștientizare a Pierderilor și Risipei Alimentare

Primăria comunei Certeze se alătură campaniei de informare și conștientizare privind reducerea pierderilor și risipei alimentare, desfășurată cu ocazia Zilei Internaționale de Conștientizare a Pierderilor și Risipei Alimentare.

Campania urmărește informarea cetățenilor cu privire la importanța reducerii risipei alimentare și la consecințele economice, sociale și de mediu ale acestui fenomen.

Prin gesturi simple și printr-o utilizare responsabilă a alimentelor, fiecare dintre noi poate contribui la reducerea risipei alimentare și la protejarea resurselor.

Vă invităm să consultați materialele informative din cadrul campaniei și să contribuiți, prin propriile acțiuni, la reducerea risipei alimentare.

Primăria Comunei Certeze

Materiale informative – „Și tu poți proteja planeta! Împreună dăm startul la reducerea risipei de alimente”.

PRIMAR
EC CIOCAN PETRU



INSPECTOR
CIONCA MIRABELA



29 SEPTEMBRIE

ZIUA INTERNAȚIONALĂ DE
CONȘTIENTIZARE ASUPRA RISIPEI
ȘI PIERDERILOR ALIMENTARE

CUM AFECTEAZĂ
RISIPA ALIMENTARĂ
PLANETA?



EFECTE

Pe măsură ce hrana începe să se descompună, este eliberat metanul, un gaz cu efect de seră, care este de 28 de ori mai puternic decât dioxidul de carbon.

Risipa alimentară înseamnă și risipă de combustibili.

Risipa de alimente dăunează biodiversității!

CAUZE

Data de expirare: Verifică cu atenție data de expirare și învață diferența dintre "consum optim" și "expirare".

Cumpăratul excesiv: De cele mai multe ori, cumpărăm mai mult decât este nevoie...

Standarde estetice ridicate: Frumusețea vine în toate formele și dimensiunile. Nu respinge alimentele doar pentru că nu arată perfect.

PREVENȚIE

Din respect pentru mâncare, cumpără cumpătat!

Depozitează corect alimentele și urmărește termenul de valabilitate al acestora!

Consumă inclusiv fructe și legume fără aspect comercial, sunt la fel de valoroase din punct de vedere nutritiv cu cele aspectuoase!

Reutilizează și transformă resturile alimentare în preparate alimentare delicioase!

Nu arunca surplusul de alimente, dacă nu au expirat încă, donează-le celor care au nevoie!



MINISTERUL AGRICULTURII
ȘI DEZVOLTĂRII RURALE

<https://www.madr.ro>



29 SEPTEMBRIE

ZIUA INTERNAȚIONALĂ DE
CONȘTIENTIZARE ASUPRA RISIPEI
ȘI PIERDERILOR ALIMENTARE

CUM AFECTEAZĂ
RISIPIA ALIMENTARĂ
PLANETA?



EFECTE

Pe măsură ce hrana începe să se descompună, este eliberat metanul, un gaz cu efect de seră, care este de 28 de ori mai puternic decât dioxidul de carbon.

Risipa alimentară înseamnă și risipă de combustibili.

Risipa de alimente dăunează biodiversității!

CAUZE

Data de expirare: Verifică cu atenție data de expirare și învață diferența dintre "consum optim" și "expirare".

Cumpăratul excesiv: De cele mai multe ori, cumpărăm mai mult decât este nevoie...

Standarde estetice ridicate: Frumusețea vine în toate formele și dimensiunile. Nu respinge alimentele doar pentru că nu arată perfect.

PREVENȚIE

Din respect pentru mâncare, cumpără cumpătat!

Depozitează corect alimentele și urmărește termenul de valabilitate al acestora!

Consumă inclusiv fructe și legume fără aspect comercial, sunt la fel de valoroase din punct de vedere nutritiv cu cele aspectuoase!

Reutilizează și transformă resturile alimentare în preparate alimentare delicioase!

Nu arunca surplusul de alimente, dacă nu au expirat încă, dăruiește-le celor care au nevoie!



MINISTERUL AGRICULTURII
ȘI DEZVOLTĂRII RURALE

<https://www.madr.ro>



MINISTERUL AGRICULTURII ȘI
DEZVOLTĂRII RURALE



Food and Agriculture
Organization of the
United Nations

29 SEPTEMBRIE

ZIUA INTERNAȚIONALĂ DE CONȘTIENTIZARE
ASUPRA RISIPEI ȘI PIERDERILOR
ALIMENTARE!

FII UN EROU ÎN
LUPTA ÎMPOTRIVA
RISIPEI
ALIMENTARE!

Respectă
hrana pe care
o consumi!

- Cumpără doar alimentele de care ai nevoie!
- Învăță să iubești fructele și legumele imperfecte!
- Fii atent la dimensiunea porțiilor!
- Acordă atenție termenelor de valabilitate!



- Păstrează alimentele în condițiile optime de temperatură!
- Transformă resturile de alimente în mesele de a doua zi!
- Donează surplusul!



În 2019, în cadrul celei de-a 74-a Adunare Generală a Națiunilor Unite, a fost desemnată ziua de 29 septembrie drept Ziua Internațională de Conștientizare asupra Risipei și Pierderilor Alimentare, fiind recunoscut rolul fundamental pe care producția alimentară durabilă îl joacă în promovarea și asigurarea securității alimentare.

Pierderile și risipa de alimente reprezintă o provocare globală!

Potrivit Organizației Națiunilor Unite pentru Alimentație și Agricultură (FAO), aproximativ o treime din totalitatea alimentelor produse în întreaga lume se pierd sau se risipește, la un moment dat, pe parcursul lanțului de aprovizionare cu alimente, de la fermă la consumator.



Lucruri pe
care trebuie
să le știi!

- La nivel global, aproximativ 13% din alimentele produse se pierd între recoltare și vânzarea cu amănuntul.
- Se estimează că 17% din producția globală totală de alimente este risipită în gospodării, în serviciile de alimentație și în comerțul cu amănuntul.

Alimentele pierdute și irosite reprezintă 38% din consumul total de energie în sistemul alimentar global.

Obiceiurile alimentare pot fi schimbate! Depinde doar de tine!

SFATURI ȘI TRUCURI PENTRU PREVENIREA RISIPEI ALIMENTARE



CUMPĂRĂ DOAR CEEA CE AI NEVOIE!

Când mergi la cumpărături, încearcă să faci o listă cu produsele pe care trebuie să le cumperi și s-o respecti.



PERFEȚIUNEA NU EXISTĂ!

Știi că îți place să cumperi cele mai frumoase legume și fructe din supermarket! Să știi însă, că și așa-numitele fructe și legume „urâte” sunt identice ca gust și valoare nutrițională cu cele aspectuoase!



ÎNVAȚĂ SĂ CONSERVI ALIMENTELE!

Murarea, deshidratarea, conservarea, fermentarea și congelarea sunt metode pe care le poți folosi pentru ca viața alimentelor să dureze mai mult.

ÎNȚELEGE TERMENUL DE VALABILITATE AL ALIMENTELOR!

Când verifici termenul de valabilitate al alimentelor, să faci diferența dintre „a se consuma de preferință înainte de...” sau „expiră la...”.

Sintagma „a se consuma de preferință înainte de...”, semnifică faptul că alimentele pot fi consumate și după această dată, într-un timp rezonabil.

RESPECTĂ INDICAȚIILE DE DEPOZITARE DE PE ETICHETĂ!

Depozitarea și păstrarea corectă a alimentelor, previne alterarea, degradarea și contaminarea acestora. Poți folosi recipiente etanșe pentru a păstra alimentele proaspete în frigider.

UN FRIGIDER ORDONAT!

Organizează alimentele în frigider după regula „primul intrat-primul ieșit”: cele cumpărate recente în spate, iar cele mai vechi în față.

SFATURI ȘI TRUCURI PENTRU PREVENIREA RISIPEI ALIMENTARE

CUMPĂRĂ DOAR CEEA CE AI NEVOIE!

Când mergi la cumpărături, încearcă să faci o listă cu produsele pe care trebuie să le cumperi și s-o respecti.

PERFEȚIUNEA NU EXISTĂ!

Știi că îți place să cumperi cele mai frumoase legume și fructe din supermarket! Să știi însă, că și așa-numitele fructe și legume „urâte” sunt identice ca gust și valoare nutrițională cu cele aspectuoase!

RESPECTĂ INDICAȚIILE DE DEPOZITARE DE PE ETICHETĂ!

Depozitarea și păstrarea corectă a alimentelor, previne alterarea, degradarea și contaminarea acestora. Poți folosi recipiente etanșe pentru a păstra alimentele proaspete în frigider.

UN FRIGIDER ORDONAT!

Organizează alimentele în frigider după regula „primul intrat-primul ieșit”: cele cumpărate recente în spate, iar cele mai vechi în față.



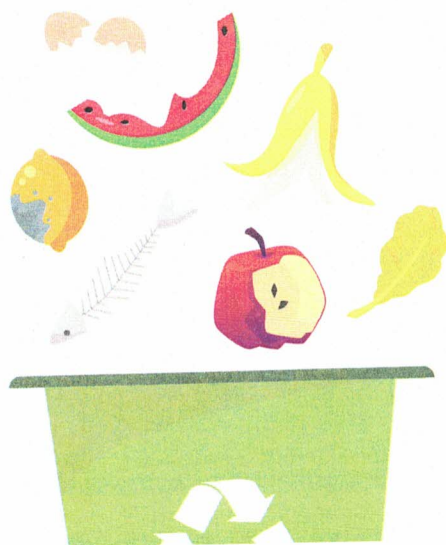
ÎNVAȚĂ SĂ CONSERVI ALIMENTELE!

Murarea, deshidratarea, conservarea, fermentarea și congelarea sunt metode pe care le poți folosi pentru ca viața alimentelor să dureze mai mult.

ÎNȚELEGE TERMENUL DE VALABILITATE AL ALIMENTELOR!

Când verifici termenul de valabilitate al alimentelor, să faci diferența dintre „a se consuma de preferință înainte de...” sau „expiră la...”.

Sintagma „a se consuma de preferință înainte de...”, semnifică faptul că alimentele pot fi consumate și după această dată, într-un timp rezonabil.



CERE LA PACHET PORȚIA NECONSUMATĂ LA RESTAURANT!

Dacă nu consumi toată porția primită la restaurant, roagă chelnerul să-ți împacheteze ceea ce a rămas pentru acasă. Vei economisi bani, și vei contribui la reducerea amprente de carbon!

FOLOSEȘTE-ȚI IMAGINAȚIA!

Când îți pregătești o gustare, poți modifica rețeta după bunul plac adăugând noi arome, ingrediente. Chiar și părți din alimente la care nu te-ai fi gândit vreodată că pot fi integrate în preparate.

HRĂNEȘTE PLANTELE DIN GRĂDINA!

Resturile alimentare, precum cojile de ouă, de cartofi, inclusiv zațul de cafea și frunzele de ceai, pot fi transformate în compost pentru plantele din grădină, fiind un îngrășământ bogat în nutrienți.

DONEAZĂ!

Când ai exces de alimente preparate sau ingrediente crude ce pot fi utilizate în siguranță, poți să le donezi organizațiilor, fundațiilor, spitalelor sau persoanelor defavorizate!



Nu uita!

Mâncarea reprezintă mult mai mult decât ceea ce este în farfuria noastră!



ȘTIAI CĂ...?

O treime din alimentele produse la nivel global sunt pierdute sau risipite?

Când risipim alimentele, risipim și toate resursele folosite pentru cultivarea, procesarea, transportul și comercializarea lor?



IA ATITUDINE!
**SPUNE
STOP
RISIPEI
ALIMENTARE!**

<https://www.madr.ro/>



MINISTERUL AGRICULTURII
ȘI DEZVOLTĂRII RURALE