

Małopolskie Wyzwanie „Tydzień dla klimatu”. Dzień 5: kupuj lokalnie

Kupuj lokalnie



Czy wiesz, jak duże znaczenie dla klimatu ma to, co wkładasz na talerz? Jadłospis, w którym królują przetworzone produkty, mięso, egzotyczne owoce - musi się równać wysokiej emisji gazów cieplarnianych. Pochodzą one zarówno z produkcji żywności (zwłaszcza hodowli bydła), jak i z jej przetwarzania, magazynowania i transportu.

Wg naukowców z Uniwersytetu w Tulane (USA) wystarczy zmienić JEDEN z nawyków żywieniowych, aby zmniejszyć swój ślad węglowy o 48 procent. A jak to zrobić?

- Sięgaj po produkty lokalne (transport na krótkie odległości emituje znacznie mniej CO₂), najlepiej kupuj je prosto od rolników. Mango, awokado, ananas – jasne, ale może tylko raz na jakiś czas.

- Nie wyrzucaj jedzenia – w Polsce każdego roku marnuje się blisko 5 mln ton żywności. Planuj zakupy spożywcze, odkryj korzyści zamrażania i przygotowywanie potraw z resztek.

- A co powiesz na „mleko” roślinne? Owsiane, migdałowe, ryżowe – wybór jest ogromny, od czasu do czasu warto użyć zamiennika mleka krowiego, dodając smaku ulubionym potrawom.

Przyłącz się do naszej akcji na [Facebooku](#), [Instagramie](#) lub [Twitterze](#)!