|  |
| --- |
| Треть всей еды попадает в помойку — такая вот мировая статистика.    ***Еда становится мусором***, потому что мы не успеваем съесть её вовремя или не можем рассчитать свои силы. Покупаем два пирога, а оперативно употребляем только один.    Если вы приходите в продуктовый, и всё идёт по сценарию «поскользнулся, упал, очнулся — полная корзина еды», не отчаивайтесь.    Сначала окиньте взглядом ваш холодильник: как быстро вы это съедите? Много ли туда ещё поместится? Может, у вас гороховые котлеты простаивают, а вы за варениками собираетесь.    Проведя такую нехитрую аналитику, **пишите список продуктов**. |

|  |
| --- |
| https://aaf1a18515da0e792f78-c27fdabe952dfc357fe25ebf5c8897ee.ssl.cf5.rackcdn.com/1863/Pl_06_01.jpg?v=1586267219000 |

|  |
| --- |
| Составили? Отлично. Ваш продуктовый квест только начался.    Другой источник мусора в магазине — упаковка. Производители так переживают за свой товар, что оборачивают его сразу в несколько слоёв плёнки и бережно укладывают в подложку, даже если это апельсин с толстенной кожурой. |

|  |
| --- |
| Как покупать еду, а не упаковку? |

|  |  |
| --- | --- |
| **1.** | *Выбирайте продукты, которые можно купить на развес.* |

|  |
| --- |
| https://aaf1a18515da0e792f78-c27fdabe952dfc357fe25ebf5c8897ee.ssl.cf5.rackcdn.com/1863/Pl_06_2.jpg?v=1586267232000 |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| |  | | --- | | НЕВЕРОЯТНО, НО ФАКТ: |      |  | | --- | | [37 % всех продуктов](https://e-activist.com/page/email/click/1863/4822061?email=ZyuNBIpXeaxsOJAO62IIUD1DwVcPNTNheV3PeklTwtQ=&campid=4RI5az%2FOM9dkwMmtusGc0w==), продаваемых в Европе, упакованы в пластик. Это самый популярный упаковочный материал. | |

|  |
| --- |
| *Не используйте фасовочные пакетики.*    Вы ещё не дошли до кассы, а он уже порвался, и ваша зелёная фасоль разлетелась по полу. Неловко получилось. Или груша своим твёрдым хвостиком пробила пластиковую оборону и десантировалась на пол — обычная история для фасовочного пакетика. |

|  |
| --- |
| ***Альтернативы:*** |

|  |
| --- |
| https://aaf1a18515da0e792f78-c27fdabe952dfc357fe25ebf5c8897ee.ssl.cf5.rackcdn.com/1863/Pl_06_3.jpg?v=1586267243000 |

|  |
| --- |
| ***Экомешочки.*** Могут быть сетчатыми, для овощей и фруктов, и сплошными — для сыпучки (крупы, орехи, мука). Вы складываете туда свои груши, затягиваете шнурок и клеите на него наклейку со штрих-кодом (со шнурка она не отклеится. Но: этикетки не перерабатываются, лучше покупайте в тех магазинах, где этикетка не нужна и товар взвешивают на кассе).    Плотные зип-пакеты подойдут для замороженных продуктов и мяса, которые по дороге до дома обязательно захотят протечь.    ***Контейнеры —*** отличная тара для готовой кулинарии. Попросите продавца обнулить вес тары (они знают как), чтобы заплатить только за вес еды, без веса упаковки. |

|  |  |
| --- | --- |
| **2.** | *Используйте фильтр для воды и попрощайтесь с канистрами.* |

|  |
| --- |
| Покупая воду, мы платим за упаковку… И тащим домой тяжёлые канистры.    Нельзя купить на развес? |

|  |  |
| --- | --- |
| **3.** | *Берите большую пачку.* |

|  |
| --- |
| Если продукт долго хранится и вы едите его регулярно, выбирайте большую пачку.    Двухкилограммовая пачка крупы требует меньше упаковки, чем четыре пачки по полкило. |

|  |  |
| --- | --- |
| **4.** | *Выбирайте перерабатываемую упаковку.* |

|  |
| --- |
| Вы помните, что пластик с маркировкой 3 и 7 переработать не удастся? Вот и не берите его.    А к экомешочкам и привыкать не придётся — они просто классные :)    Главное не забывать носить их с собой. |

|  |
| --- |
| Кстати, при заказе продуктов онлайн работают все советы, кроме первого! Пользуйтесь.    Часть продуктов можно купить или заказать в магазине без упаковки, ***тогда никакой мусор к вам не придёт***, только сплошная еда. |

|  |  |
| --- | --- |
| |  | | --- | | Команда проекта «Ноль отходов» Greenpeace России    В следующем письме расскажем, как не выбрасывать еду. | |

|  |  |
| --- | --- |
| |  | | --- | | Greenpeace – это независимая международная организация, цель которой сохранить природу и мир на планете. Для этого мы изменяем отношение людей к природным богатствам Земли. Greenpeace существует только на [пожертвования частных лиц](https://join.greenpeace.ru/zerowaste2020/index.php?ea.tracking.id=auto-email-7&utm_source=e-cyber&utm_medium=email&utm_campaign=sup&utm_content=link&utm_term=auto-email-7), разделяющих наши идеалы, и не принимает денег от государственных, коммерческих структур и политических партий. Это позволяет быть нам независимыми в нашей борьбе за сохранение природы и мира на Земле. | |