



Austa toitu jäägitult: kuidas teha kodus lõpp toiduraiskamisele?

Kristel Kibin
Kliimaministeerium

27.11.2024

Eesti Korteriühistute Koolituskeskuse veebiseminar



Tänased teemad

- Mis on toidujäätmed? Kus need tekivad?
- Milles seisneb toidujäätmete probleemsus?
- Mida saab igaüks ise teha selleks, et toitu vähem raisku läheks?
 - Kodus, restoranis/kohvikus, kaupluses, tööl jm.
- Kust leiab lisamaterjale?



Foto: pexels.com



Soojendus: kui suureks toiduraiskajaks end pead? Jagage vestlusaknas:

- Ma ei viska mitte kunagi toitu ära.
- Olen pigem tagasihoidlik toiduraiskaja, viskan tõesti toitu väga harva ära.
- Olen keskmine toiduraiskaja. Aeg-ajalt ikka midagi läheb halvaks või ei maitse.
- Olen pigem suur toiduraiskaja, viskan üsna sageli midagi ära.
- Olen kahjuks suur toiduraiskaja. Viskan iga päev söödavat toitu ära ja ei tea, kust alustada probleemi lahendamist.



Soojendus: kas oled seni teadlikult proovinud toidujäätmete tekkimist ja toiduraiskamist oma kodus vähendada? Jagage vestlusaknas:

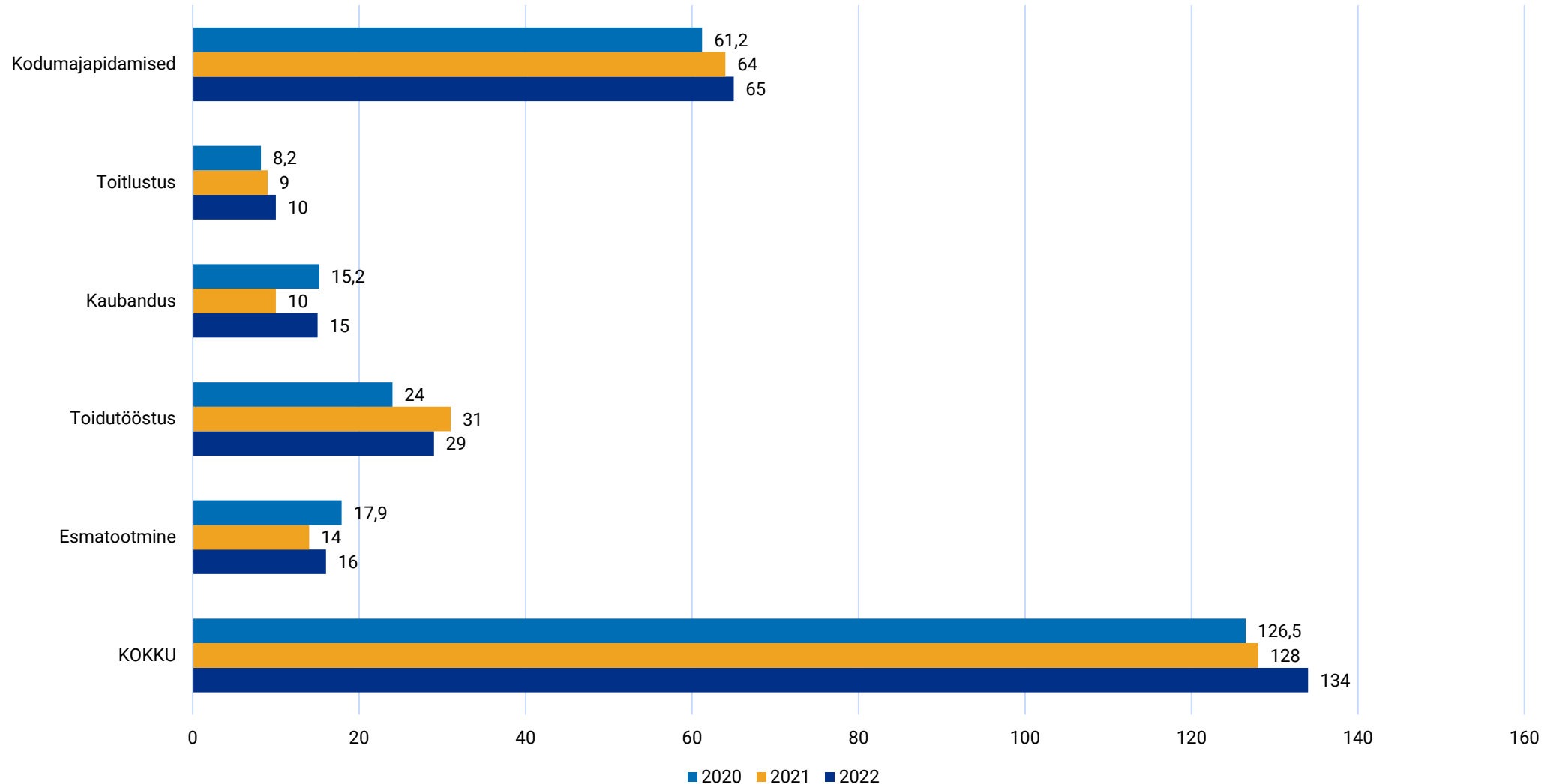
- Ei ole, sest toidu säästmine juba on minu jaoks normaalne elu osa ja ei vaja ekstra pingutusi.
- Ei ole midagi teadlikult teinud, aga võiksin.
- Rakendan juba mõningaid nippe, aga ei ole järjepidev.
- Mõtlen pidevalt sellele, kuidas vähem toitu ära visata ja otsin uusi nippe.



Mis on toidujäätmed?



- Toidujäätmed – toit, mis on muutunud jäätmeteks.
 - Välditavad toidujäätmed ehk söögiks kõlblik toit, toidukadu, raisatud toit (nt kanaliha, äravisatud sai, õun jm).
 - Vältimatud toidujäätmed ehk söögiks kõlbmatu toit (nt kanakondid, avokaado seeme jm).
- Tekib kogu toidutarneahelas – põllumajandusest kodumajapidamisteni.

Eesti toidujäätmete teke elaniku kohta kilogrammides





Toidujäätmed kodudes (2021 valminud uuringu andmed)

	
Toidujäätmed: 61 kg	Toidujäätmed: 149 kg
Toidukadu: 26 kg	Toidukadu: 63 kg

- Peamiselt visati ära: aed- ja juurviljad, valmistoidud, puuviljad ja marjad, piimatooted ja munad.
 - Supid, pudrud, köögiviljad ja salat, valmistoitude segud jne.
- Põhjused: toit on riknenud, kaua seisnud või kuupäev on möödas.



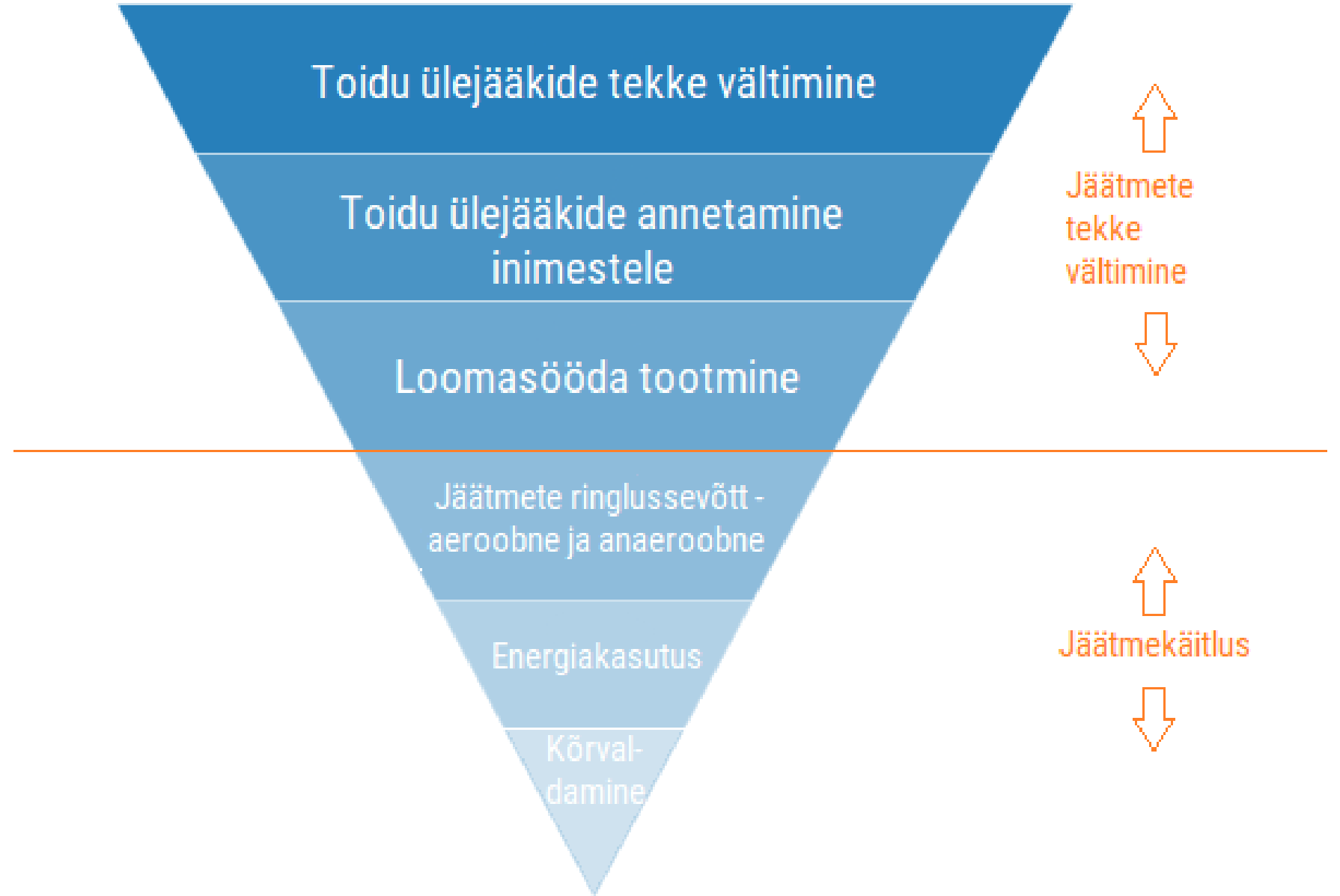
Probleemid

- Keskkonnamõjud: kasvuhoonegaaside heide, väetiste, energia ja vee kulu, kasutatava põllumajandusmaa kulu.
- Majanduslik mõju: miljardid eurod prügikastis.
- Sotsiaalsed mõjud: toiduga kindlustamatus ja alatoitumus, eetiline aspekt.





Toidujäätmete
hierarhia



Toidu ülejääkide tekke vältimine

Toidu ülejääkide annetamine
inimestele

Loomasööda tootmine

Jäätmete ringlussevõtt -
aeroobne ja anaeroobne

Energiakasutus

Kõrval-
damine

Jäätmete
tekke
vältimine

Jäätmekäitlus



Korteriühistu ja toidujäätmete tekke vähendamine

- Jäätmekäitluse kulude vähendamine – tekib vähem biojätmeid.
 - Puhtam elukeskkond.
- Keskkonnahoidlikkus ja ressursitõhusus.
- Ühistu liikmete seas kogukonnatunde ja vastutustunde tõstmine.





Toidujäätmete tekke vähendamine praktiliselt ehk toiduraiskamise vähendamine...



... kodus;



... väljas süües (restoranis, kohvikus jm);



... kaupluses või turul;



... tööl ja üritustel.



Kas teete vahet „kõlblik kuni“ ja „parim enne“ kuupäeval?

Seda märgistust kasutatakse kiiresti riknevatel toitudel. See tähistab kuupäeva, milleni võib toitu ohutult süüa. Tarbi toit enne „...“ kuupäeva möödumist!



Kas teete vahet „kõlblik kuni“ ja „parim enne“ kuupäeval?

Seda märgistust kasutatakse kiiresti riknevatel toitudel. See tähistab kuupäeva, milleni võib toitu ohutult süüa. Tarbi toit enne „...“ kuupäeva möödumist!

Õige vastus: „kõlblik kuni“



Kuidas kodus vähem toitu raisata?



Foto: pixabay.com

- **Planeerimine:** menüü ja toidukorrad, ostunimekiri, õiged kogused.
- **Säilitamine ja jääkide kasutamine:** õiged hoiustamismeetodid (sh „söö siit enne“), säilitamine ja jääkide kasutamine.
- **„Kõlblik kuni“ ja „parim enne“:** Tarbi toit enne „kõlblik kuni“ kuupäeva möödumist! Kui toidu „parim enne“ on möödas, võid seda tarbida, aga enne tarbimist vaatle, nuusuta ja maitse.
- **Serveerimine:** väiksemad taldrikud, lusikad ja kahvlid.
- **Toidu ja nippide jagamine:** sõprade, kolleegide või naabritega.
- **Jäätmete liigiti kogumine:** biojätmete konteiner või kompost.
 - Jälgi, mida ära viskad, mõtle, kuidas saaksid neid toitusid teisiti ära tarbida.



Austa toitu jäägitult!

Kas oled mõelnud sellele, et toitu ära visates raiskad ka toidu tootmiseks kulunud ressursse ja raha?

Tõsta värskemad asjad külmikus või kapis tahapoole ja vanemad asjad ettepoole.



Loe lisa: <https://kliimaministeerium.ee/toidujäätmed>



KLIIMAMINISTEERIUM



Kaasrahastatud
Euroopa Liit



Eesti
Keskkonnaliikumine

Austa toitu jäägitult!

Kas oled mõelnud sellele, et toitu ära visates raiskad ka toidu tootmiseks kulunud ressursse ja raha?

Pista ülejääv söök sügavkülma ja märgista kuupäevaga. Või jaga seda sõprade ja naabritega!



Loe lisa: <https://kliimaministeerium.ee/toidujäätmed>



KLIIMAMINISTEERIUM



Kaasrahastatud
Euroopa Liit



Eesti
Keskkonnaliikumine



Kuidas toiduülejääke leidlikult kasutada?

- Hommikupuder – pannkoogid, kaerahelbesai, küpsised;
- Ahjuköögiviljad – supp, pirukas, köögiviljakotletid;
- Keedukartulid või kartulipuder – kartulikotletid, kartuliomlett, kartulipõhjal pirukas;
- Makaronid – supp, panniroog, salat;
- Tatar, riis, kinoa – ahjuomlett, salat, täidetud tomat/paprika, praetud riis, riisipallid, kotletitaignasse;
- Hakklihakaste – tortilla põhjal pitsa, wrapid;
- Ahjukana – kanasupp, wrapid, tacod, salatid;
- Juust – juustuküpsised, juustupirukas;
- Leib ja sai – riivleib ja riivsai, krutoonid, „vaesed rüütliid“, kotletitaignasse;
- Puuviljad – smuuti, küpsetised (pannkoogid, banaanileib jm).



Foto: pixabay.com



Milliseid „jäägitoite“ veel oma kodus valmistate?



Millele pöörata tähelepanu väljas süües?

- Portsjoni suuruse teadlik valik.
- Jääkide kaasa võtmine.
- Rootsi lauas väiksem taldrik.
- Ootuste kohandamine.



Foto: pixabay.com



Mida saame teha kaupluses või turul toiduraiskamise vähendamiseks?

- Ostunimekiri.
- Ei lähe poodi näljasena! 😊
- Sobiva koguse ostmine (õige suurusega pakend, lahtine toit).
- „Koledate“ puu- ja köögiviljade ostmine.
- Läheneva kuupäevaga toidukaupade ostmine (sageli allahinnatud!).
- Ootuste kohandamine.



Austa toitu jäägitult!

Kas oled mõelnud sellele, et toitu ära visates raiskad ka toidu tootmiseks kulunud ressursse ja raha?

Ära torma kohe poodi, vaid esmalt piilu, mis sul on kodus kappides peidus. Planeeri menüü ja koosta ostunimekiri!



Loe lisa: <https://kliimaministeerium.ee/toidujätmed>



KLIIMAMINISTEERIUM



Keskkonnastuud
Euroopa Liit



Eesti
Keskkonnakeskus

Austa toitu jäägitult!

Kas oled mõelnud sellele, et toitu ära visates raiskad ka toidu tootmiseks kulunud ressursse ja raha?

Võta puu- ja köögivilju ilma kilekotita ning täpselt nii palju, kui sinu pere ära sööb.



Loe lisa: <https://kliimaministeerium.ee/toidujätmed>



KLIIMAMINISTEERIUM



Keskkonnastuud
Euroopa Liit



Eesti
Keskkonnakeskus



Kuidas tööl vähendada toiduraiskamist?

- **Teadlik tarbimine:** väiksemad portsjonid, kolleegiga toidu jagamine.
- **Toidujääkide haldamine kontoris:** külmik korda!
- **Nippide jagamine, töötajate kaasamine:** teadlikkuse tõstmine, nippide jagamine, väljakutsed.
- **Keskkonnahoidlike sündmuste juhend.**



Kuidas veel panustada?

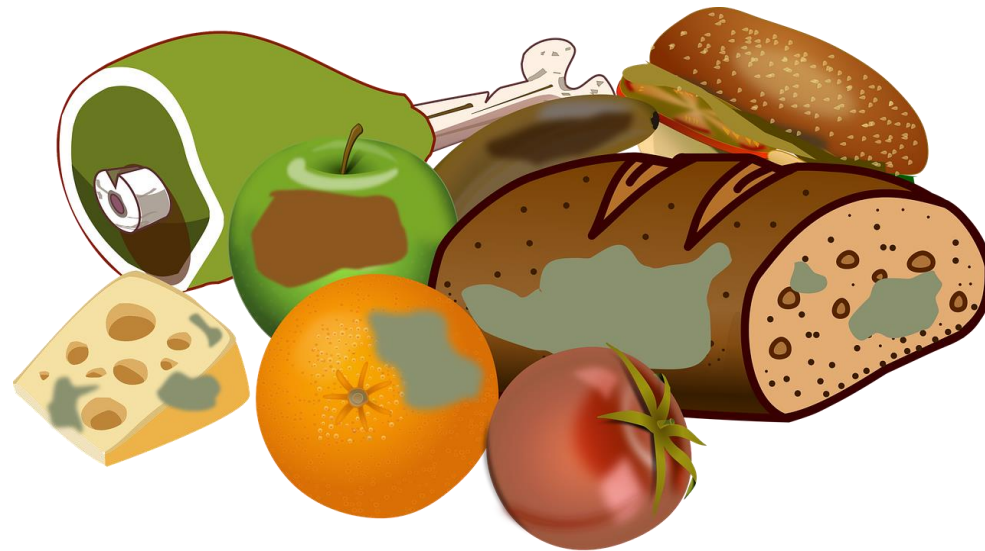
- Teadlikkuse tõstmine: pere, sõbrad, kolleegid, kogukond.
- Vabatahtlikud algatused.





Arutelu.

Küsimused ja vastused.





AITÄH!

Loe lisa:

<https://kliimaministerium.ee/toidujäätmed>

Austa toitu jäätult!

Kas oled mõelnud sellele, et toitu ära visates raiskad ka toidu tootmiseks kulunud ressursse ja raha?



Tõsta värskemad asjad külmikus või kapis tahapoole ja vanemad asjad ettepoole.

Pista ülejääv söök sügavkülma ja märgista kuupäevaga või jaga sõprade ja naabritega!



Enne poodi minekut piilu, mis on sul kappides peidus. Planeeri menüü ja koosta ostunimekiri!

Loe lisa:
<https://kliimaministerium.ee/toidujäätmed>

