

DOBRY SMAK ZACZYNA SIĘ W POLSCE

Nie marnuję. Wybieram odpowiedzialnie.

Projekt edukacyjny • Klasy 4–8



TO NIE JEST TEMAT O ŚMIECIACH.



To temat o decyzjach.

Każdego dnia podejmujemy dziesiątki wyborów dotyczących jedzenia.

Często nieświadomie.

Często z konsekwencjami, których nie widzimy.

KIEDY JEDZENIE PRZESTAJE BYĆ JEDZENIEM?

LICZBA, KTÓRA ZATRZYMUJE



W Polsce marnuje się około 4,8 mln ton żywności rocznie.

Czy potrafimy sobie wyobrazić taką ilość?

To tyle, ile waży ponad 650 Pałaców Kultury i Nauki.

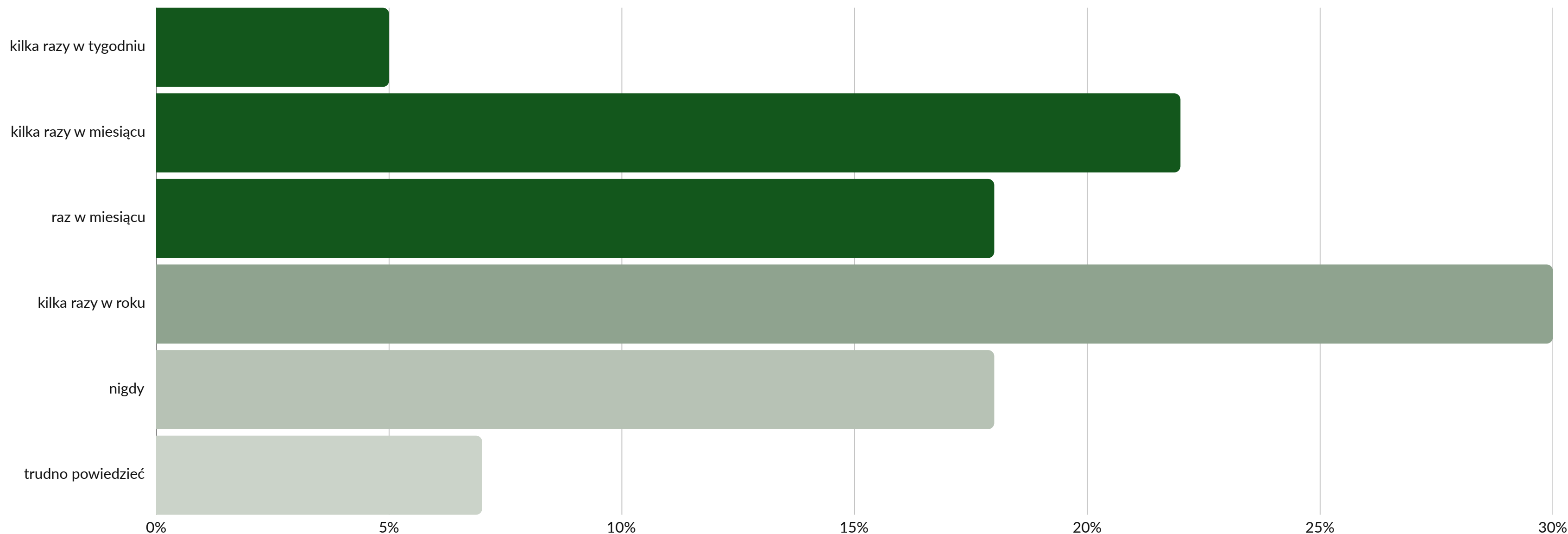
Każdy z nas odpowiada za część tego wyniku.

Źródło: IOŚ-PIB, projekt PROM.



Gospodarstwa domowe odpowiadają za około 60% marnowanej żywności w Polsce.

To ok. 2,92 mln ton rocznie. Dlaczego dom ma tak duże znaczenie?



Źródło: IOŚ-PIB, projekt PROM. Dane dotyczą rocznej ilości marnowanej żywności w Polsce.
Gospodarstwa domowe stanowią największy udział spośród wszystkich ogniw łańcucha żywnościowego.

CO PSUJE SIĘ W DOMACH?



Badanie Norstat Polska (2026, N=1079) pokazuje:
u 45% Polaków żywność psuje się co najmniej raz w miesiącu.
Co może być przyczyną?
Za dużo kupujemy? Źle planujemy? Po prostu zapominamy?



RESZTKI PO POSIŁKACH



47% badanych wyrzuca resztki posiłków co najmniej raz w miesiącu.

Kiedy resztki stają się problemem, a kiedy może być zasobem?

Czy to kwestia nawyku, braku czasu, czy po prostu nie wiemy, co z nimi zrobić?

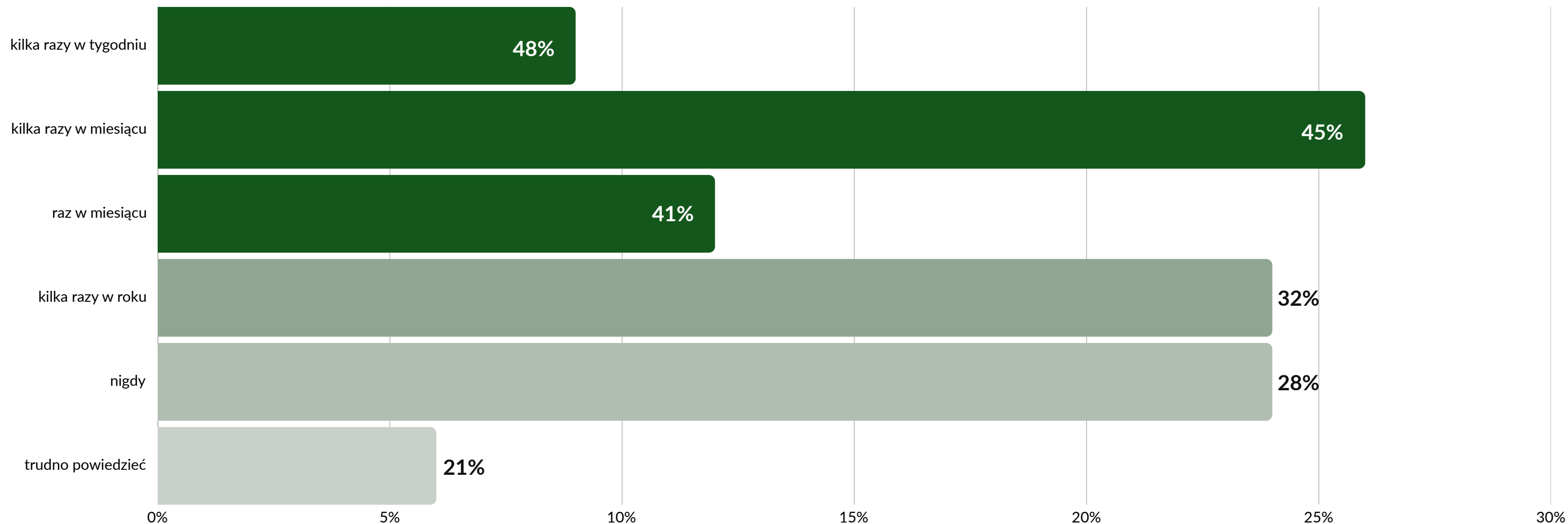
Co można zrobić z wczorajszym obiadem, zanim trafi do kosza?



Co wyrzucamy najczęściej? Owoce, warzywa, pieczywo – co je łączy?



Które produkty spożywcze Polacy wyrzucają najczęściej? (% badanych)



Badanie przeprowadzone przez agencję Norstat Polska, Partnera Badawczego kampanii.
Sierpień 2026 r. metoda CAWI na reprezentatywnej próbie Polaków N=1079 osób w wieku 18 lat i więcej.

WIEDZA JEST. ALE CZY DZIAŁA?



Tylko 57% badanych uważa, że wie, jak ograniczyć marnowanie żywności w domu.

DLACZEGO SAMA WIEDZA NIE ZAWSZE
ZMIENIA ZACHOWANIE?

POLSKI PRODUKT. CO TO WŁAŚCIWIE ZNACZY?



Zadanie na dziś: Sprawdź, zanim kupisz.

Marka:

czyja jest firma, skąd pochodzi właściciel marki?

Producent:

kto faktycznie wyprodukował ten produkt?

Miejsce produkcji:

gdzie fizycznie powstał produkt – w Polsce czy za granicą?

Kraj pochodzenia surowców:

skąd pochodzi mąka, mięso, owoce użyte do produkcji?

Pytanie: Czy opakowanie zawsze mówi całą prawdę?



CENA, LOKALNOŚĆ, JAKOŚĆ. TRZY KRYTERIA WYBORU.



Sytuacja: dwa podobne produkty — podobny skład, podobna wielkość, ale różna cena i różne pochodzenie.

Kryterium 1 — Cena: tańszy produkt, ale skąd pochodzi?

Kryterium 2 — Lokalność: polski producent, krótszy łańcuch dostaw, wsparcie lokalnej gospodarki.

Kryterium 3 — Jakość: skład, sposób produkcji, certyfikaty.

Pytanie: Które kryterium jest dziś dla Ciebie najważniejsze i dlaczego?

TO NIE JEST JEDNA DOBRA ODPOWIEDŹ.

W szkolnej stołówce zostaje pieczywo i owoce. Co można zrobić?

Co jest realne?

Co wymaga zgody dorosłych?

Co może zadziałać jutro?

Wybierzcie jedno rozwiązanie i uzasadnijcie wybór.



MAPA DECYZJI



Przed zakupem: sprawdzam, czego naprawdę potrzebuję.

W domu: planuję posiłki i przechowuję mądrze.

Przy jedzeniu: biorę tyle, ile potrzebuję.

Po posiłku: szukam sposobu, zanim wyrzucę.

Każda z tych decyzji ma znaczenie.



NASZA DECYZJA

Dokończ zdania:

Jedna rzecz, którą mogę zmienić od dziś...

→ _____

Jedno pytanie, które warto zadać przed zakupem...

→ _____

Jedna rzecz, której dane mnie nauczyły...

→ _____



DOBRY SMAK
TO DECYZJA.
Nie idealna.
Ale świadoma.

