# Aizvadīta izglītojoša darbnīca par pārtikas atkritumu mazināšanu mājsaimniecībās



“Nocopē” lielisku ģimenes sestdienu pasākuma ietvaros 16. maijā Cēsu pils parkā notika izglītojoša darbnīca “Gudra saimniekošana virtuvē – idejas, receptes un degustācija pilnvērtīgai produktu izmantošanai”, kurā uzturzinātnes ekspertes Daces Meijas vadībā dalībnieki ieguva praktiskas idejas, kā ikdienā samazināt pārtikas atkritumus un pilnvērtīgāk izmantot produktus mājsaimniecībā.

Darbnīcas centrā bija praktiski risinājumi, kā izmantot tās produktu daļas, kas bieži nonāk atkritumos – ābolu mizas un serdes, apvītušus dārzeņus, sakaltušu maizi vai citus pāri palikušus produktus. Dalībnieki uzzināja, kā no tiem pagatavot vērtīgus un gardus produktus, piemēram, ābolu etiķi, fermentētus dārzeņus, rupjmaizes zupu vai dažādus dārzeņu ēdienus. Īpašu interesi izraisīja fermentēšana, ābolu etiķa un oxymel pagatavošana, kā arī sarunas par šo produktu ieguvumu veselībai. Darbnīcā tika uzsvērts, ka pārdomāta produktu izmantošana ļauj ne tikai samazināt pārtikas atkritumus, bet arī ietaupīt resursus un dažādot ikdienas uzturu.

Svarīga darbnīcas daļa bija degustācija, kurā apmeklētāji varēja ne vien dzirdēt par praktiskajiem risinājumiem, bet arī tos nogaršot. Īpaši tika novērtēti fermentētie dārzeņi, ķiploku grauzdiņi, banānu cepumi bez cukura, savvaļas augu tējas un radošā pieeja servēšanai, piemēram, kāpostu lapu izmantošana šķīvīšu vietā.

Pasākuma laikā apmeklētāji tika informēti arī par drīzumā plānoto aprites centra “Lapsu 19” atvēršanu Cēsīs. Interesentiem bija iespēja uzzināt, kādas lietas centrā varēs nodot un saņemt atkārtotai izmantošanai, tādējādi pagarinot lietu dzīves ciklu un samazinot atkritumu daudzumu mājsaimniecībās.

Darbnīca bija viena no Cēsu novadā īstenotajām iniciatīvām pārtikas atkritumu mazināšanai mājsaimniecībās, kas tiek īstenotas LIFE projekta “No atkritumiem uz resursiem” ietvaros.

*LIFE integrētais projekts “Atkritumi kā resursi Latvijā – Reģionālās ilgtspējas un aprites veicināšana, ieviešot atkritumu kā resursu izmantošanas koncepciju" (LIFE Waste To Resources IP, LIFE20 IPE/LV/000014) tiek īstenots ar Eiropas Savienības LIFE programmas un Viedās administrācijas un reģionālās attīstības ministrijas finansiālu atbalstu.*

*Informācija atspoguļo tikai autoru nostāju un viedokli, un ne vienmēr atspoguļo Eiropas Savienības vai Eiropas Klimata, infrastruktūras un vides izpildaģentūras (CINEA) nostāju un viedokli. Ne Eiropas Savienība, ne finansējuma piešķīrējs nav atbildīgi par pausto saturu.*

Līdzfinansē Eiropas Savienība

Viedās administrācijas un reģionālās attīstības ministrija

Life Waste to Resources IP