

# EKOSMART YEME

EcoSmart Eating, basitçe sağlıklı ve çevre dostu yiyecek seçimleri yapmaktır. Daha az et tüketmek, daha fazla sebze ve meyve tüketmek, yerel ve mevsimlik ürünleri tercih etmek gibi adımlar atarak hem sağlığını korursunuz hem de gezegene katkıda bulunursunuz. Bu şekilde yiyecek israfını azaltır, çevreye zarar vermez ve bütçenize yardımcı olursunuz. EcoSmart Eating, küçük değişikliklerle büyük fark yaratmanın bir yoludur.

## EcoSmart Beslenme hakkında bazı önemli gerçekler:

**Avrupalıların %67'si gıda ürünlerinde eko-etiket kullandığında daha iyi ve daha sürdürülebilir seçimler yapacaklarını söylüyor.**

**Ancak %63'ü gıda markalarının sürdürülebilirlik iddialarını abarttığına inanıyor.**



**Et ve süt ürünleri, AB'de gıda kaynaklı emisyonlara önemli katkıda bulunur ve gıda tüketim emisyonlarının %70'ini oluşturur. Bunları azaltmak önemli çevresel faydalar sağlayabilir**

**Ve sadece %33'ü hükümetlerinin bu etiketlerin şeffaf ve dürüst olmasını sağlayacağına güveniyor.**



**Avrupalılar küresel ortalamadan %80 daha fazla et ve sağlık uzmanlarının önerdiğinden 4 kat daha fazla kırmızı et tüketiyor. Ancak bir değişim çoktan başladı! Avrupalıların %51'i her yıl et tüketimini azaltıyor. Sebepleri?**

**Sağlık sorunları: (%47)**

**Hayvan refahı:(%29)**

**Çevresel etki: (%26)**

Kaynak: eitfood.eu, greenqueen.com, euronews.com,



Co-funded by  
the European Union



VOYAGER  
EMPOWERING YOUTH,  
TRANSFORMING  
TOMORROW!