

Nakladanie s potravinovým odpadom a udržateľné spotrebiteľské návyky

Mgr. Božena Stašenková, PhD.
Asociácia spotrebiteľských subjektov Slovenska

Anotácia

Cieľom článku je predstaviť skúsenosti dobrej praxe v nakladaní s potravinovým odpadom a ukázať aktivity vedúce k zníženiu množstva potravinového odpadu na Slovensku. Z dôvodu, že najväčšiu časť potravinového odpadu tvoria domácnosti, poukazujeme na dôležitosť informovania, vzdelávania a aktivizovania spotrebiteľov, aby prijímali zodpovedné rozhodnutia a ich správanie viedlo k udržateľnej spotrebe.

Potravinovým odpadom sú všetky potraviny a nejedlé časti potravín, ktoré sa dostali do potravinového dodávateľského reťazca a boli následne odstránené alebo vyradené z konečnej spotreby alebo sú nakoniec určené na spracovanie ako odpad. V Európskej únii sa vytvorí potravinový odpad v hodnote asi 130 miliárd eur, čo predstavuje obrovské množstvo jedla, potravín energie, ale aj ľudskej práce. Slovensko zo všetkých členských štátov zaujíma siedmu najnižšiu priečku v tvorbe potravinového odpadu.

Na príčinách plytvania potravinami sú podieľajú všetky zložky potravinového reťazca, od prvovýroby, cez výrobu a spracovanie, distribúciu a maloobchod, reštaurácie a catering až po koncového spotrebiteľa. Prieskumy Európskej únie ukazujú, že domácnosti vyprodukujú 53 % zo všetkého potravinového odpadu, a až 9 % domácností vyhadzuje potraviny každý deň. Medzi hlavné príčiny tvorby potravinového odpadu v domácnostiach patria impulzívne nákupy, vytváranie zásob bez ohľadu na potreby rodiny a nakupovanie zlacnených potravín za lepšie ceny počas akcií v obchodoch. Ďalšie odpady vznikajú nesprávnym skladovaním potravín. Prieskumy Európskej komisie uvádzajú, že desať percent potravinového odpadu vznikne aj tým, že spotrebiteľia si nesprávne vysvetľujú označovanie spotreby na etiketách potravín (dátum minimálnej trvanlivosti a dátum spotreby). Domácnosti získajú šetrením potravín environmentálny aj finančný prínos, a to aj drobnými opatreniami, ako plánovanie jedálneho lístka, nákupy so zoznamom, vhodné skladovanie potravín či kompostovanie zvyškov.

Prevencia tvorby potravinového odpadu v domácnostiach by mala začať vysvetľovaním súvislosti medzi jedlom a odpadom. Rozhovory rodičov o jedle s deťmi podnecujú ich zvedavosť, aby ochutnávali nové jedlá a rodičia by si mali nájsť čas odpovedať na otázky detí. Všetci členovia domácnosti by mali poznať jednoduché postupy ako neplytvať s jedlom. Deťom a mládeži na základných a stredných školách pomáha pri predchádzaní tvorby potravinového odpadu zapojenie do projektov environmentálnej výchovy (Zelená škola, Spotrebiteľská výchova žiakov a iné). Školy zapojené do celoslovenského

projektu Zelené školy rozširujú svoje skúsenosti a prezentujú, že dosahujú významné zníženie potravinového odpadu o 23 až 65%. Školské jedálne sú stálou súčasťou aktivít na prevenciu potravinového odpadu. Žiaci sa dozvedajú viac o rešpektovaní noriem stravovania, sú aktívni pri zostavení týždenných jedálnych lístkov a evidujú zmeny v množstve ušetrených potravín. Pozitívne výsledky auditu ušetrených potravín vedú k ďalším efektívnym postupom a zapojeniu ďalších aktérov. Nadobúdaniu zdravých stravovacích návykov na školách pomáhajú prieskumy a rozhovory so žiakmi, exkurzie žiakov za lokálnymi potravinami, či posunutie nezjedného jedla iným žiakom. Výsledky šetrenia potravinami sú zverejňované plagátmi, letákmi, videami a skúsenosti sú rozširované na ďalšie materské, základné a stredné školy. Dôležitým činiteľom v šetrení potravinami na školách je spolupráca s rodičmi. Na školách sú učiteľom k dispozícii metodické materiály v slovenskom jazyku, ale viaceré materiály vytvorené s podporou Európskej komisie nie sú preložené do slovenského jazyka. Projekt Zjedáleň (predtým Zero Waste kantína) prináša školám komplexné návody na riešenie redukcie odpadu v zariadeniach spoločného stravovania. Žiakom vysvetľuje šetrenie potravinami v širších súvislostiach, aby si šetrné spotrebiteľské správanie odniesli do dospelého života. Školy využívajú podcasty, reportáže, články, videa a interaktívne infografiky z Instagramu, ktoré vytvorila environmentálna organizácia Živica. Vzdelávací projekt Bystro Gastro prináša pre stredné odborné školy s odbormi hotelierstvo alebo cestovný ruch a majiteľom gastro prevádzok hodnotné poznatky pre udržateľnosť a bezodpadovosť ako konkurenčnú výhodu na dnešnom trhu. Výstupy z projektu Zachráň zvyšky poskytuje verejnosti a komunitám návody k znižovaniu potravinového odpadu na Slovensku. Pod vedením Slovenskej poľnohospodárskej univerzity sa v rámci programu HORIZONT 2020 realizoval projekt FOODRUS. Výstupom z projektu je klaster inovatívnych riešení pre znižovanie odpadu v mäsovom, zeleninárskom a pekárskom reťazci. Reštaurácie a stravovacie služby znižujú množstvo odpadu možnosťou odnesenia zabaleného, nezjedného jedla. Triedenie kuchynského odpadu nie je ukončené, a tak časť bioodpadu z kuchyne končí aj naďalej v čiernych nádobách pre zmesový komunálny odpad. Niektoré lokality majú problémy s nedostatkom zariadení na spracovanie a bioodpad je prepravovaný stovky kilometrov, čo nie je vhodné ani ekonomicky, ani environmentálne. V potravinovom reťazci znižovania odpadu potravín a redistribúcie potravín plnia významnú úlohu dobrovoľné aktivity občianskych združení a neziskových organizácií. Potravinová banka Slovenska je mostom medzi prebytočnými potravinami a podporou jednotlivcov v núdzi, bojuje proti plytvaniu potravinami, potravinovej neistote a hladu. Zmluvy s obchodnými reťazcami Lidl a Tesco umožňujú potravinovej banke každoročne darovať tisíce ton použiteľných potravín ľuďom, ktorí sa ocitli na hranici príjmovej chudoby. Reťazec Lidl v rámci projektu názvom Podel sa a pomôž umožňuje, aby zákazníci darovali nakúpené trvanlivé potraviny alebo drogériu do špeciálne označeného koša umiestneného za pokladnicou. Ide o najväčšiu potravinovú zbierku na Slovensku a každá predajňa má určenú konkrétnu lokálnu organizáciu, ktorú podporuje. Reťazec TESCO daruje 95 % potravín vhodných na

konzumáciu Potravínovej banky Slovenska prostredníctvom Slovenskej katolíckej charity. Zákazníci môžu prispieť do potravínovej zbierky v predajniach TESCO prostredníctvom zakúpených kupónov v hodnote dvoch EUR alebo online balíčkami v hodnote tri, päť alebo sedem EUR. Nadácia Tesco realizuje grantový program - „Záchranári jedla“, v ktorom prerozdeľuje 60 000 eur medzi šesť projektov zameraných na aktívnu podporu opatrení proti plytvaniu potravinami na Slovensku. Reťazec Kaufland organizuje potravínové zbierky spoločne so slovenskou organizáciou Červeného kríža. Zákazníci môžu odovzdať trvanlivé potraviny do špeciálne označených košov za pokladničnou zónou alebo prispieť kúpou symbolického červeno-bieleho odznaku za jedno EURO. Dobrovoľníci z mnohých občianskych a neziskových organizácií rozvážajú potraviny ľuďom v núdzi sami, pohonné látky im nikto neprepláca a často nemajú vlastné priestory pre balíčky potravínovej pomoci. Organizácia Centrum rodiny trikrát v týždni s dobrovoľníkmi zväžá nepredajné ovocie, zeleninu a pekárenské výrobky do komunitného centra, kde sa následne pretriedia a rozďajú rodinám v núdzi alebo ďalej spracujú. Komunitné chladničky sú súčasťou širšieho trendu znižovania odpadu a podpory udržateľného životného štýlu. Fungujú na princípe bezplatného zdieľania potravín, závisia od lokálnych projektov a nachádzajú sa v mestách s rozvinutými iniciatívami a lokálnymi občianskymi združeniami. Občianske združenie Free Food zohralo významnú úlohu pri zmene zákona o potravinách, aby mohli potraviny na charitatívne účely použiť aj po uplynutí dátumu minimálnej trvanlivosti. Národný projekt REDIPOM sa pokúša vytvoriť jednotný systém predchádzania potravinovým stratám. Viaceré združené organizácie pracujú na návrhu legislatívnych zmien Zákona o potravinách, aby lepšie podporili darovanie a redistribúciu potravín.

Domácnosti sú najvýznamnejšou skupinou tvoriacou odpad a ich správanie môže zvýšiť tlak na spoločenskú zmenu. Motivovať k zodpovednej spotrebe potravín pomôže lepšie informovanie, vzdelávanie a zapojenie spotrebiteľov do spoločných aktivít k zníženiu plytvania potravinami, energiami a prírodnými zdrojmi. V prospech zodpovedného nakupovania a šetrenia potravinami spustilo Ministerstvo financií Slovenskej republiky webovú stránku, ktorá prináša prehľad vybraných cien potravín v rôznych obchodných reťazcoch. Ceny sú aktualizované každý deň v šiestich hlavných skupinách pre viac ako 200 výrobkov. Informovaniu a vzdelávaniu širokej spotrebiteľskej verejnosti v oblasti šetrenia potravinami by v budúcnosti mohli byť viac nápomocné aj verejnoprávne médiá, či aktivity spotrebiteľských organizácií, ktorým na tento účel chýbajú finančné prostriedky.

Bibliografické odkazy v elektronickej podobe: [citované 2025-12-29]

<https://free-food.sk/projekty/food-waste-hub/>

<https://free-food.sk/projekty/bystro-gastro/>

<https://free-food.sk/projekty/komunitne-chladnicky/>

<https://free-food.sk/projekty/vyskumny-projekt-foodrus/>

<https://centrumrodiny.sk/2025/09/30/potravinova-pomoc-alebo-zero-waste-zivotny-styl/>

<https://ciernalabut.dennikn.sk/13760/ceny-potravin-rastu-no-potravinovy-odpad-neklesa/>

<https://ciernalabut.dennikn.sk/13548/stale-nemame-presne-data-o-potravinovej-pomoci-na-slovensku-narodny-projekt-to-ma-zmenit/>

<https://foodbank.sk/o-n%C3%A1s1/o-n%C3%A1s>

<https://predchadzajmeodpadu.sk/domacnost/potravinovy-odpad/>

<https://www.odpady-portal.sk/Dokument/108516/produkcia-potravinoveho-odpadu-na-slovensku-2022.aspx>

<https://www.enviroportal.sk/clanok/na-jedneho-slovaka-pripada-rocne-99-kilogramov-potravinoveho-odpadu>

<https://www.ppps.sk/realizacia-narodneho-projektu-redipom-zefektivni-system-potravinovej-pomoci/>

https://www.minv.sk/?Narodny_projekt_REDIPOM_vytvorenie_navrhu_jednotneho_system_u_redistribucie_potravinovej_pomoci

[Platforma potravinovej pomoci Slovensko](#)

<https://www.incien.sk/miesta-prec/potravinovy-odpad-v-slovenskych-domacnostiach/>

<https://www.spolocenskazodpovednost.sk/vedenie-dialogu/podel-sa-pomoz>