



## ZER EGITEN DUGU ETXEKO JANARI SOBERAKINEKIN?

Galdetegia etxean, egoitzan,  
haurzaindegian... egiteko

### DATUAK:

Sexua:  Gizonezkoa  Emakumezkoa

Adina:  25 bitartekoa  25-45  
 45-60  60-90



1. Erosketak egitera joan aurretik egiten al duzu zerrenda?

Beti  Ia beti  Askotan  Batzuetan  Gutxitan  Inoiz ez

2. Menuaren arabera planifikatzen al dituzu erosketak?

Beti  Ia beti  Askotan  Batzuetan  Gutxitan  Inoiz ez

3. Janaria prestatzen duzunean, asmatzen al duzu bakoitzaren errazioaren arabera kopuru egokia prestatzen?

- Bai, normalean gehiago prestatzen dut beste baterako uzteko.  
 Bai, normalean gehiago prestatzen dut guztiak ondo asetzeko.  
 Ia inoiz ez dut kopuruarekin asmatzen.

4. Janaria sobratzen zaizunean, zer egiten duzu soberakinekin?

Gehienetan gorde egiten ditut.  Gehienetan bota egiten ditut.  .....

5. Bota egiten badituzu, nora botatzen dituzu?

Ontzi normalera botatzen ditut.  Animaliei ematen diet aprobetxatzeko.  
 Ontzi marroira botatzen ditut.  Auto-konposta / auzo konposta egiten dut.  .....

6. Zenbat janari botatzen duzu orokorrean?

Batere ez  Gutxi  Ez asko ez gutxi  Asko

7. Janaria botatzearen arrazoi nagusia zein izaten da normalean?

Sobratu dela.  Sobratu eta gorde ondoren ahaztu zaidala.  
 Iraungi dela.  Kontsumitzeko aholkatzen den epea pasa dela.

8. Erosketak egiterakoan, begiratzen al duzu elikagaien iraungitze data edo kontsumorako aholkatzen den data?

Bai, elikagai guztien edo gehien den data begiratzen dut.  
 Bai, elikagai batzuen data begiratzen dut, baina ez guztiena.  
 Ez, ez daukat iraungitze data begiratzeko ohiturarik.

## ELIKADURA JASANGARRIA

9. Zer egiten duzu iraungitako elikagaiekin?

- Iraungitako elikagai guztiak bota egiten ditut.
- Elikagai batzuk bakarrik botatzen ditut, elikagai mota eta iraungitako denboraren arabera.
- Inoiz edo ia inoiz ez ditut botatzen elikagaiak iraungitze data pasatutakoan, aprobetxatu egiten ditut.

10. Zer esan nahi dauka "komeni da markatutako data baino lehen kontsumitzea"?

- Data hori pasatu ondoren zaporerik ez duela eta bere kalitatea galdu duela.
- Data hori pasatu ondoren ez dela guztiz segurua kontsumitzeko.
- Data hori pasatu ondoren elikagaiak bere nutrizio ezaugarriak galdu dituela baina jan daitekeela.
- Ez dakit.

11. Zer egin beharko genuke janaria ez alferrik galtzeko?

- Prestatutako janariak aprobetxatzen ikasi.
- Elikagaien iraungitze datak gehiago kontrolatu.
- Elikagaiak behar bezala izoztu.
- Asteko menuak planifikatu.
- Elikagaiak modu egokian gorde.
- Etxean kontsumitzen denaren arabera planifikatu erosketak.

12. Eta Udalak, zer bait egin al dezake janari soberakinak hobeto kudeatzeko? Zer egin dezake?

---

---

---

---

---

---

---

---

### OHARRA:

Galdetegi guztien emaitzak bateratu eta web orrian zintzilikatu beharko dituzue. Ondoren, Ingurugiro Etxekoak arduratuko dira ikastetxe guztien emaitzak bateratu eta ondorio orokorrak ateratzeaz.

2009-2010. ikasturtean, *Elikadura eta Osasuna* gaia landu genuen. Gai horrekin lotuta konpromiso batzuk hartu zenituzten eta Udalari proposamen batzuk luzatu. Jarraian, zuek hartutako konpromisoak dituzue, alde batetik, eta Udalari egin zenizkioten proposamenak, bestetik. Konpromisoak berrikusi beharko dituzue, ea betetzen dituzuen ala ez. Proposamenen inguruan, berriz, alboan Udalak emandako erantzunak ageri dira. Erantzun horien arabera, aurten berriro eska ditzakezue edo ez.