

Appellativo
Cognome, nome
Indirizzo
NPA e località

Tänikon, Data

Guida:

Studio nazionale sulla rilevazione degli sprechi di alimenti



Gentile Signora xy, egregio Signor xy,

il team di ricerca di Agroscope desidera ringraziarla sentitamente per la partecipazione al nostro studio sulla rilevazione degli sprechi di alimenti e bevande a casa sua! Le alleghiamo una guida di 2 pagine per il nostro studio, la bilancia da cucina e le etichette con il codice QR e il link. **In questo studio, deve pesare (con la bilancia da cucina) e registrare (con lo strumento online) la quantità di alimenti/bevande gettata via che è prodotta quotidianamente nella sua famiglia** (da tutti i membri della famiglia). Per poter analizzare i suoi dati, ci teniamo a sottolineare che dobbiamo **ricevere tutti i dati**.

Non esistono risposte giuste o sbagliate e assolutamente nessun giudizio. Si comporti come farebbe normalmente e non cerchi deliberatamente di ridurre o prevenire gli sprechi alimentari.

Domande? Può contattare la [redacted] per telefono (dal lunedì al giovedì) tra le ore 14:00 e le 17:00. [redacted] o inviare un'e-mail alla [redacted]

Grazie per la preziosa partecipazione!

Cordiali saluti,
Agroscope

Guida per misurare gli sprechi alimentari

1. Preparazione

- Fissare 7 giorni consecutivi (a libera scelta) durante il periodo 01.11. – 15.12.2024.
- Annotare il periodo prescelto:
Dal: _____ Al: _____
- Impostare un promemoria giornaliero (p.es. sveglia del cellulare, orologio, annotazione nel calendario, ecc.).
- Leggere completamente la guida (da 1. Preparazione a 3. Conclusione).
- Applicare le etichette con il codice QR / link prima dell'inizio dello studio nei seguenti luoghi:
 - Dove si producono i rifiuti alimentari (p. es. frigorifero)
 - Dove si gettano i rifiuti alimentari (p.es. pattumiera, toilette, ecc.)
 - Dove si pesano i rifiuti alimentari (p.es. vicino alla bilancia)Questo la aiuterà a ricordarsi di registrare e inserire gli sprechi alimentari!
- Si prega di utilizzare la bilancia che abbiamo messo a disposizione.

2. Registrazione degli sprechi alimentari (periodo: 01.11.2024 – 15.12.2024)

1. Che cosa devo fare? Pesare i rifiuti alimentari di tutta la famiglia ogni giorno per 7 giorni e registrarli nello strumento online.

- Durante il periodo prescelto.
- Registrare tutti i rifiuti alimentari, indipendentemente dal luogo in cui vengono gettati (p.es. nella spazzatura, dati in pasto agli animali domestici, ecc.).
- **Inserire almeno una voce nello strumento online ogni giorno. Anche se non vengono prodotti sprechi alimentari, è necessario indicarlo!**
- È possibile effettuare più registrazioni al giorno. Ha la libertà di decidere a che ora pesare/registrarli i rifiuti alimentari (p.es. a ogni pasto o solo la sera, ecc.).

2. Come faccio a pesare? Posizionare l'alimento/la bevanda al centro della bilancia da cucina, visualizzare il peso in grammi (anche per le bevande), senza decimali (p.es. per 35,1 g – 35,4 g arrotondare per difetto a 35 g, per 35,5 g – 35,9 g arrotondare per eccesso a 36 g).

- Pesare con un piatto/recipiente: sottrarre il peso!
- Gli alimenti molto marci possono essere pesati tutti insieme, pertanto, le parti non commestibili (p.es. la buccia dell'arancia, il nocciolo dell'avocado, ecc.) non devono essere rimosse.
- Pesare separatamente gli alimenti misti: p.es., per un panino: pesare separatamente il pane, il prosciutto o i cetrioli.
- Non pesare separatamente gli avanzi di pasti/menù: p.es. pasti preparati in casa/piatti pronti come pizza, torte salate, crêpes, lasagne, ecc.



3. Che cosa si considera spreco alimentare e che cosa no?

Panoramica 1 «Che cosa devo registrare?» Contiene informazioni dettagliate su ciò che deve essere pesato/registato.



4. Come faccio ad accedere allo strumento online?

Come faccio a registrare le informazioni? Scansionare il codice QR (smartphone) o digitare il link (computer), visibile sulle etichette o **qui a destra.**

- Accedere, inserire la categoria di alimenti/bevande, la quantità di rifiuti alimentari in grammi, le modalità e il motivo per cui sono stati gettati, con una foto (facoltativa).
- **Panoramica 2 «Guida per lo strumento online»** contiene informazioni per registrare i rifiuti alimentari.



3. Conclusione

- Dopo che avrà inserito gli ultimi dati, sarà effettuato un sondaggio finale.
- L'invio del sondaggio avverrà tramite e-mail.
- Per ringraziarla del prezioso contributo, riceverà **un buono del valore di 20 franchi.**
- Riceverà inoltre per e-mail un breve rapporto sui **risultati dello studio.**

Grazie mille per la preziosa partecipazione!

Panoramica 1: Che cosa devo registrare?

✓ **Sprechi alimentari**

Pesare gli alimenti/le bevande e registrarli nello strumento online.

Pesare/registrare tutti gli alimenti e le bevande presenti in casa, destinati al consumo umano, che vengono gettati.

Esempi:

- ✓ alimenti/bevande avariati (muffa, macchie antiestetiche, ecc.)
- ✓ Alimenti/bevande che non sono di gradimento
- ✓ Alimenti/bevande che superano il termine minimo di conservazione/la data di scadenza
- ✓ Scarti vegetali commestibili, p.es. di carote, mele, asparagi, gambi di broccoli, ecc.
- ✓ Croste di formaggi a pasta molle
- ✓ Avanzi di piatti fatti in casa o acquistati (p.es. pizza, gratin, lasagne, spätzli, ecc.)
- ✓ Bevande avanzate (p.es. caffè, tè, bevande zuccherate, acqua minerale, succhi di frutta e verdura, alcolici, ecc.)
- ✓ Ortaggi/frutti del proprio orto che vengono gettati direttamente (p.es. a causa del maltempo, ecc.)
- ✓ ecc.




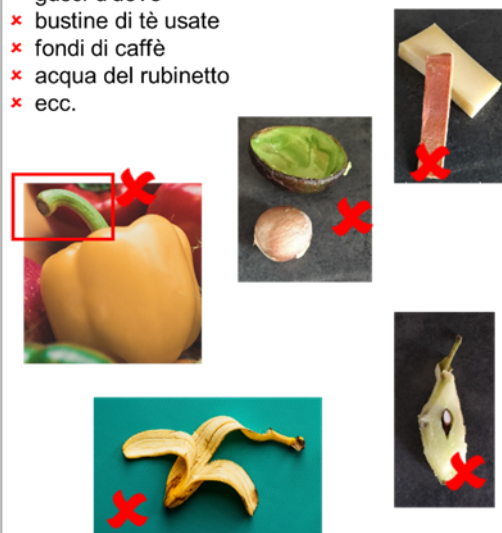
✗ Nessuno spreco alimentare

Non pesare gli alimenti e le bevande né registrarli nello strumento online.

Nel presente studio le parti di alimenti non destinate al consumo umano (ossa, gusci, ecc.) non sono considerate rifiuti alimentari e quindi non vengono pesate/registrate.

Esempi:

- ✖ scarti alimentari al di fuori della propria famiglia (pasti al ristorante, in mensa, ecc.)
 - ✖ bucce di frutta e verdura non commestibili (p.es. di agrumi, banane, avocado, ecc.)
 - ✖ rifiuti vegetali non commestibili, p.es. gambi di peperoni, pomodori , lattuga
 - ✖ semi e noccioli di frutta/verdura non commestibili (p.es. torsolo di mela, nocciolo di avocado, ecc.).
 - ✖ croste di formaggi a pasta dura
 - ✖ ossa/lische di pesce, conchiglie.
 - ✖ gusci d'uovo
 - ✖ bustine di tè usate
 - ✖ fondi di caffè
 - ✖ acqua del rubinetto
 - ✖ ecc.
- 



Panoramica 2: Guida per lo strumento online

1. Registrazione/scelta delle opzioni:

- dopo aver scansionato il codice QR o digitato il link, selezionare la lingua e inserire l'ID famiglia a 6 cifre.
- due possibilità a scelta: **«Sprechi alimentari – Inviare la risposta»**: viene registrato lo spreco di alimenti e bevande prodotto in questo giorno. Oppure **«Nessuno spreco alimentare – Inviare la risposta»**, se in questo giorno non si è prodotto nessuno spreco.



2. Scelta della categoria di alimenti/bevande:

- per prima cosa inserire la data. Selezionare poi una delle **13 categorie di alimenti/bevande**, come verdura e frutta (**foto ed esempi disponibili alla voce «Maggiori informazioni»**). Se nessuna categoria corrisponde ai vostri rifiuti alimentari, potete selezionare l'opzione «Altro».
- descrivere poi l'alimento/la bevanda in modo più dettagliato selezionando verdure, frutta, insalate a foglia, funghi o altro.

3. Inserire il peso in grammi, il luogo e il motivo per cui è stato gettato:

- inserire il peso **in grammi** indicato dalla bilancia da cucina. Inserire poi **dove** è stato gettato l'alimento/la bevanda e il **motivo** dello spreco alimentare.

4. Trasmettere i dati inseriti sugli sprechi alimentari:

- se volete (è facoltativo), potete caricare una foto dei vostri scarti alimentari.
- una volta completati tutti i campi, cliccare su «Inviare». Viene visualizzato il messaggio seguente: Inoltro avvenuto con successo. Cfr. foto sopra.
- Se si clicca su «Indietro» è possibile inserire altre informazioni (**«Sprechi alimentari – Inviare la risposta»**) o uscire dallo strumento online.

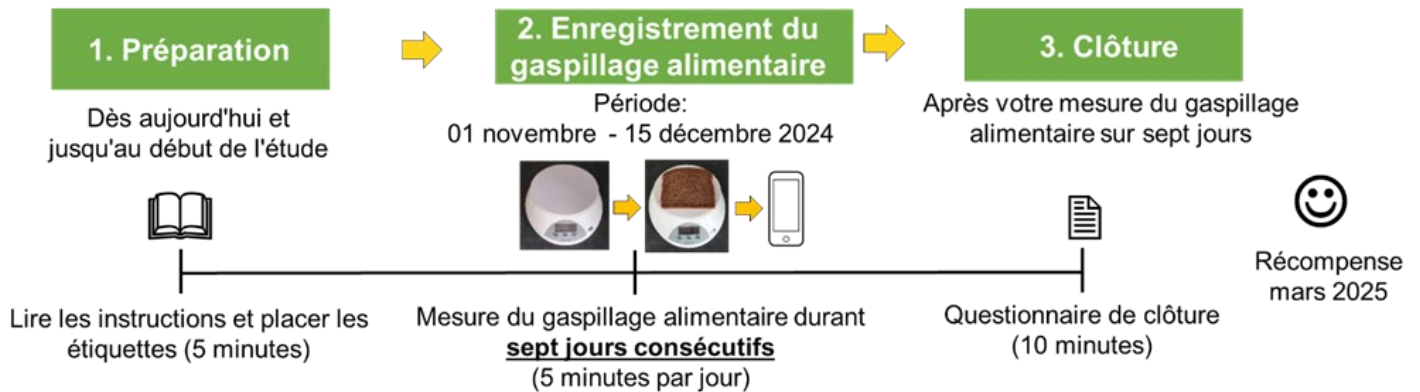
Se un giorno ci si dimentica di registrare gli sprechi alimentari, è possibile prolungare la misurazione degli sprechi alimentari per il numero di giorni mancanti, in modo tale da totalizzare 7 giorni.

Titre
Nom et prénom
Adresse
NPA et localité

Tänikon, Date

Instructions:

Étude à l'échelle nationale sur le recensement de déchets alimentaires



Madame, Monsieur,

L'équipe de recherche d'Agroscope vous remercie infiniment d'avoir accepté de participer à notre étude sur les déchets alimentaires solides et liquides dans votre ménage! Vous trouverez ci-joint un mode d'emploi de deux pages pour notre étude, une balance de cuisine et des étiquettes avec code QR et lien. **Lors de cette étude, vous pèserez (avec la balance de cuisine) et enregistrerez chaque jour (via des saisies dans l'outil en ligne) la quantité de déchets alimentaires solides et liquides produite (gaspillage alimentaire) pour l'ensemble des personnes que compte votre ménage** (gaspillage alimentaire de l'ensemble des membres du ménage). Afin que nous puissions analyser vos données, nous vous signalons que nous avons besoins de **saisies complètes**.

Il n'y a pas de bonnes ou de mauvaises réponses, ni de jugement de valeur. Comportez-vous comme d'habitude et n'essayez pas délibérément de réduire ou d'éviter les déchets alimentaires.

Avez-vous des questions? Veuillez contacter [REDACTED] par téléphone du lundi au jeudi de 14h00 à 17h00: [REDACTED] ou envoyer un e-mail à [REDACTED]

Nous vous remercions infiniment de votre soutien!

Veuillez agréer, Madame, Monsieur, nos meilleures salutations.

Agroscope

Instructions pour la mesure du gaspillage alimentaire

2. Préparation

- Réservation de sept jours consécutifs (à choix) pendant la période du 1^{er} novembre au 15 décembre 2024.
- Veuillez inscrire la période choisie:

du: _____ au: _____
- Définir un rappel quotidien (alarme de portable, horloge, inscription dans le calendrier, etc.).
- Lire les instructions (1. Préparation – 3. Clôture).
- Collecter les étiquettes avec le code QR / lien avant le début de l'étude sur les emplacements suivants:
 - Là où il y a des déchets alimentaires (réfrigérateur par exemple).
 - Là où vous jetez les déchets alimentaires (poubelle, toilettes, etc.).
 - Là où vous mesurez les déchets alimentaires (à côté de la balance par exemple).

Cela vous permettra de vous rappeler qu'il faut enregistrer le gaspillage alimentaire !

- **Veuillez utiliser la balance que nous mettons à votre disposition.**

2. Enregistrement du gaspillage alimentaire (période: 1^{er} novembre – 15 décembre 2024)

1. Que dois-je faire? Peser les déchets alimentaires de l'ensemble du ménage chaque jour pendant sept jours et les saisir ensuite dans l'outil en ligne.

- Pendant la période choisie.
- Enregistrer tous les déchets alimentaires, quel que soit l'endroit où ils sont jetés (dans la poubelle, distribués aux animaux domestiques, etc.).
- Effectuer au moins une inscription par jour dans l'outil en ligne, même en l'absence de déchets alimentaires, car cela doit être consigné! Plusieurs saisies quotidiennes sont possibles. Vous êtes libre de choisir l'heure à laquelle vous souhaitez peser / enregistrer les déchets alimentaires (par ex. à chaque repas ou seulement le soir, etc.).

2. Comment peser? Placer l'aliment / la boisson au centre de la balance de cuisine, relever le poids en grammes (également pour les boissons), sans décimales (par ex. pour 35,1 g - 35,4 g, arrondir à 35 g, pour 35,5 g à 35,9 g, arrondir à 36 g).

- Peser avec une assiette/un support: déduire le poids !
- Les aliments fortement avariés peuvent être pesés entiers, donc les parties non comestibles (p. ex. écorce d'orange, noyau d'avocat) ne doivent donc pas être retirées.
- Peser séparément les aliments mélangés: par exemple pour un sandwich: peser séparément le pain, le jambon ou le concombre.
- Ne pas peser séparément les (restes de) plats/repas: par exemple des plats faits maison/plats préparés comme des pizzas, des tartes, des crêpes, des lasagnes, etc..



3. Qu'est-ce qui est considéré comme un déchet alimentaire et qu'est-ce qui ne l'est pas?

Aperçu 1 «Qu'est-ce qui est enregistré?» contient des informations concernant ce qui doit être pesé/enregistré.



4. Comment se connecter à l'outil en ligne ? Comment effectuer des saisies? Scanner le code QR (smartphone) ou taper le lien (ordinateur), visible sur vos étiquettes ou [ici à droite](#).

- Se connecter, saisir la catégorie d'aliments / de boissons, la quantité des déchets en grammes, le mode d'élimination et le motif de l'élimination, avec une photo en option.
- **Aperçu 2 «Instructions outil en ligne»** contient des informations sur la saisie du gaspillage alimentaire.



3. Clôture

- Un sondage final est effectué après votre dernière saisie.
- L'envoi se fait par e-mail.
- Afin de vous remercier de votre précieuse participation, vous recevrez un bon d'achat d'une valeur de 20 CHF.
- Vous recevrez un rapport concis des **résultats de l'étude** par e-mail.

Nous vous remercions infiniment de votre participation!

Aperçu 1: Qu'est-ce qui est enregistré?

✓ Gaspillage alimentaire

Veillez peser et enregistrer dans l'outil en ligne. Tous les aliments et boissons comestibles dans votre ménage, qui étaient **destinés à la consommation humaine** et qui sont jetées, doivent être pesés et enregistrés.

Exemples:

- ✓ Aliments/boissons avariés et périmés (moisissures, taches disgracieuses, etc.)
- ✓ Aliments/boissons que vous n'aimez pas
- ✓ Aliments/boissons dont la date de péremption/ limite de consommation est dépassée
- ✓ Épluchures comestibles (par ex : épluchures de carottes, pommes, asperges, trognons de brocoli, etc.)
- ✓ Restes de nourriture, de plats préparés soi-même ou achetés (par ex : pizzas, pâtes, lasagnes, spätzli, etc.)
- ✓ Restes de boissons (par ex: café, thé, boissons sucrées, eau minérale, jus de légumes et de fruits, boissons alcoolisées, etc.)
- ✓ Légumes/fruits de votre propre jardin, jetés directement (par ex : en raison de mauvaises conditions météorologiques, etc.)
- ✓ Etc.

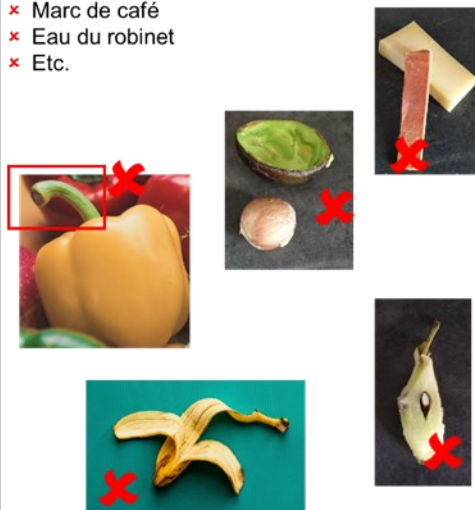


✗ Pas de gaspillage alimentaire

Veillez ne pas peser et ne pas enregistrer dans l'outil en ligne. **Improperes à la consommation humaine.** Certaines parties des aliments (os, épluchures, etc.) ne sont pas considérées comme du gaspillage alimentaire dans cette étude et ne doivent donc pas être pesées/enregistrées.

Exemples:

- ✗ Gaspillage alimentaire en dehors de votre ménage (consommation au restaurant, à la cantine, etc.)
- ✗ Épluchures de fruits et légumes non comestibles (par ex : agrumes, bananes, avocats, etc.)
- ✗ Déchets non comestibles (par ex. queue des poivrons, pédoncule de tomate, pied de laitue, etc.)
- ✗ Noyaux et pépins non comestibles (par ex. trognons de pomme, noyaux d'avocat, etc.)
- ✗ Croûtes de fromage dur
- ✗ Os/arêtes de poisson/coquilles de fruits de mer
- ✗ Coquilles d'œufs
- ✗ Sachets de thé usagés
- ✗ Marc de café
- ✗ Eau du robinet
- ✗ Etc.



Aperçu 2: Instructions outil en ligne

1. Inscription/sélection entrées :

- Après avoir scanné le code QR ou saisi le lien, sélectionner la langue, puis saisir l'identifiant à 6 chiffres du ménage.
- Deux options: '**Gaspillage – envoyer la réponse**' ce jour-là, déchets alimentaires et de boissons enregistrés via des entrées. Ou '**Pas de gaspillage – envoyer la réponse**', aucun déchet alimentaire ou de boisson n'a été généré ce jour-là.



2. Sélection catégorie d'aliments / de boissons:

- Saisir tout d'abord la date. Ensuite, sélectionner l'une des **13 catégories d'aliments / de boissons**, comme par exemple les légumes et les fruits (des photos et des exemples sont disponibles sous '**Informations complémentaires**'). Si aucune catégorie ne correspond à votre déchet alimentaire / de boisson, vous pouvez sélectionner l'option 'Autres'.
- Ensuite, décrire plus précisément l'aliment/la boisson en sélectionnant soit des légumes, des fruits, des salades vertes, des champignons ou "Autres".

3. Saisie du poids en grammes, du lieu d'élimination et de la raison de l'élimination:

- Indiquer le **poids en grammes** de ce qui a été pesé avec une balance de cuisine. Indiquer ensuite **où** l'aliment/la boisson a été jeté et **pourquoi** le gaspillage alimentaire s'est produit.

4. Soumettre une entrée de gaspillage alimentaire:

- Si vous le souhaitez, vous pouvez maintenant télécharger une photo de votre gaspillage alimentaire (facultatif).
- Lorsque tous les champs sont remplis, cliquez sur 'Envoyer'. Le message 'Envoi réussi' apparaît. Voir illustration ci-dessus.
- Cliquer ensuite sur 'Retour'. D'autres entrées peuvent être saisies, ('Gaspillage – envoyer la réponse') ou vous pouvez vous déconnecter de l'outil en ligne.

Si vous oubliez d'enregistrer le gaspillage alimentaire un jour, prolongez la mesure du gaspillage alimentaire du nombre de jours manquants pour arriver à 7 jours.

Anrede
Name, Vorname
Adresse
PLZ und Ort

Tänikon, Datum

Anleitung:

Schweizweite Studie zur Erhebung von Lebensmittel-Abfällen (Food Waste)



Sehr geehrte Frau xy, Sehr geehrter Herr xy,

Wir vom Agroscope Forschungsteam bedanken uns herzlich für Ihre Teilnahme an unserer Studie zur Erhebung von Lebensmittel- und Getränke-Abfällen (Food Waste) in Ihrem Haushalt! Beiliegend erhalten Sie eine 2-seitige Anleitung für unsere Studie, eine Küchenwaage sowie Etiketten mit QR code / Link. **In dieser Studie wiegen (mit der Küchenwaage) und erfassen Sie (via Einträge im Onlinetool) täglich die Menge von entsorgten Lebensmitteln / Getränken (Food Waste), die in Ihrem gesamten Haushalt anfallen** (Food Waste von allen Haushaltsmitgliedern). Damit wir Ihre Daten auswerten können, weisen wir Sie darauf hin, dass wir auf **vollständig ausgefüllte Einträge** angewiesen sind.

Es gibt keine richtigen oder falschen Antworten und keinerlei Wertung. Verhalten Sie sich wie gewohnt und versuchen Sie nicht absichtlich, Lebensmittelabfälle zu verringern oder zu verhindern.

Fragen? Melden Sie sich telefonisch von Montag bis Donnerstag zwischen 14 und 17 Uhr bei [REDACTED]

[REDACTED] oder schreiben Sie eine E-Mail an [REDACTED]

Herzlichen Dank für Ihre Unterstützung!

Freundliche Grüsse,
Agroscope

Anleitung Food Waste Messung

1. Vorbereitung

- Reservierung 7 aufeinanderfolgende Tage (frei wählbar) im Zeitfenster vom 01. November – 15. Dezember 2024.

- Bitte gewähltes Zeitfenster notieren:

Von: _____ Bis: _____

- Tägliche Erinnerung einstellen (z. B. Alarm Handy, Uhr, Eintrag Kalender etc.).
- Anleitung (1. Vorbereitung – 3. Abschluss) durchlesen.
- Etiketten mit QR Code / Link vor dem Studienstart dort anbringen wo:
 - Food Waste entsteht (z.B. Kühlschrank)
 - Sie Food Waste entsorgen (z. B. Abfalleimer, Toilette etc.)
 - Sie Food Waste messen (z. B. neben der Waage).

Dies hilft Ihnen, sich an die Food Waste Erfassung und Einträge zu erinnern!

- **Bitte Food Waste mit der von uns zugestellten Waage messen.**

2. Erfassung Food Waste (Zeitfenster: 01.11.2024 – 15. Dezember 2024)

1. Was muss ich machen? Food Waste vom ganzen Haushalt täglich während 7 Tagen wiegen und anschliessend via Einträge im Onlinetool erfassen.

- Während dem ausgewählten Zeitfenster
- Jeglichen Food Waste erfassen, egal, wo Entsorgung stattfindet (wie z. B. im Müll, den Haustieren verfüttern etc.)
- **Täglich mindestens einen Eintrag im Onlinetool vornehmen – auch wenn kein Food Waste entsteht, muss dies via Eintrag erfasst werden!**
- Mehrere Einträge täglich sind möglich. Es steht Ihnen frei, zu welcher Uhrzeit Sie Food Waste wiegen / erfassen (z. B. zu jeder Mahlzeit oder nur am Abend etc.).

2. Wie wiege ich? Lebensmittel / Getränk in der Mitte der Küchenwaage platzieren, Gewicht in Gramm entnehmen (auch für Getränke), ohne Kommastellen (z.B. bei 35.1 g – 35.4 g abrunden zu 35 g, bei 35.5 g bis 35.9 g aufrunden zu 36 g).

- Wiegen mit Teller/Unterlage: Gewicht abziehen!
- Stark verfaulte Lebensmittel können als Ganzes gewogen werden, daher Nichtessbare Teile (z. B. Schale von Orange, Stein von Avocado etc.) müssen nicht entfernt werden.
- Gemischte Lebensmittel separat wiegen: z. B. bei einem Sandwich: das Brot, den Schinken oder die Gurke separat wiegen.
- (Resten von) Speisen/Menüs nicht separat wiegen: z. B.: Selbstgemachtes/Fertiggerichte wie Pizza, Wähen, Crêpes, Lasagne etc.



3. Was zählt zu Food Waste und was nicht?

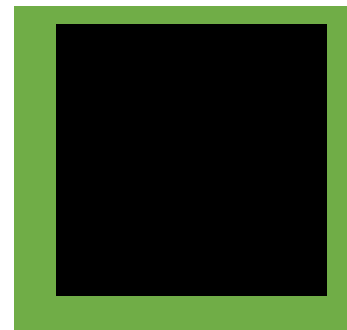
Übersicht 1 'Was wird erfasst?' enthält detaillierte Informationen, was gewogen / erfasst werden muss.



4. Wie logge ich mich in das Onlinetool ein?

Wie erfasse ich Einträge? QR Code scannen (Smartphone) oder den Link eintippen (Computer), ersichtlich auf Ihren Etiketten oder [hier rechts](#).

- Einloggen, erfassen von Lebensmittel / Getränke-Kategorie, Menge Food Waste in Gramm, Entsorgungsweg und Entsorgungsgrund, mit optionalem Foto.
- **Übersicht 2 'Anleitung Onlinetool'** enthält Informationen zum Erfassen von Food Waste Einträgen.



3. Abschluss

- Nach Ihrem letzten Eintrag erfolgt eine Abschlussbefragung.
- Zustellung erfolgt per E-Mail.
- Als Dankeschön für Ihre wertvolle Teilnahme erhalten Sie einen **Einkaufsgutschein im Wert von 20 CHF**.
- Zudem erhalten Sie einen kurzen Bericht zu den **Studienergebnissen** per E-Mail zugestellt.

Wir bedanken uns herzlich für Ihre Teilnahme!

Übersicht 1: Was wird erfasst?

✓ Food Waste

Bitte wiegen und im Onlinetool erfassen.

Alle Lebensmittel- und Getränke die **für den menschlichen Konsum bestimmt** waren und weggeworfen werden, müssen gewogen / erfasst werden.

Beispiele:

- ✓ Verdorbene Lebensmittel/Getränke (Schimmel, unschöne Stellen etc.)
- ✓ Lebensmittel/Getränke, welche Sie nicht mögen
- ✓ Lebensmittel/Getränke, welche das Mindesthaltbarkeits-/Verbraucherdatum überschreiten
- ✓ Essbare Rüstabfälle z.B. von Karotten, Äpfeln, Spargeln, Brokkoli Strunk etc.
- ✓ Käserinde bei Weichkäse
- ✓ Essensresten, selbstzubereitet oder gekauft (z.B. Pizza, Gratin, Lasagne, Spätzli etc.)
- ✓ Getränkeresten (z.B. Kaffee, Tee, Süssgetränke, Mineralwasser, Gemüse und Fruchtsäfte, alkoholische Getränke etc.)
- ✓ Gemüse/Früchte aus dem eigenem Garten, das direkt entsorgt wird (z.B. aufgrund schlechter Witterung etc.)
- ✓ Etc.



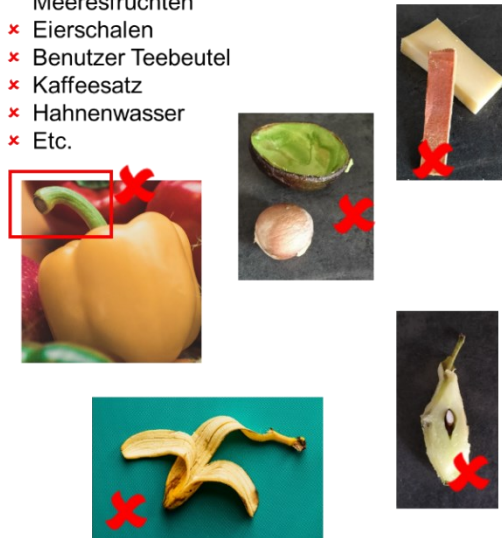
✗ Kein Food Waste

Bitte nicht wiegen und nicht im Onlinetool erfassen

Nicht für den menschlichen Konsum bestimmte Teile von Lebensmitteln (Knochen, Schalen etc.) gelten in dieser Studie nicht als Food Waste und werden deshalb nicht gewogen / erfasst.

Beispiele:

- ✗ Food Waste ausserhalb Ihres Haushalts (Konsumation im Restaurant, Kantine etc.)
- ✗ Nicht essbare Schalen von Früchten und Gemüse (z.B. Zitrusfrüchte, Bananen, Avocado etc.)
- ✗ Nicht essbare Rüstabfälle z. B. Peperoni Stiel, Tomatenstiel, Salatstrunk
- ✗ Nicht essbare Frucht/Gemüse Kernen und Steine sowie Gehäuse (z.B. Apfelgehäuse, Avocado Stein etc.)
- ✗ Käserinden Hartkäse
- ✗ Knochen/Fischgeräte/Schalen von Meeresfrüchten
- ✗ Eierschalen
- ✗ Benutzer Teebeutel
- ✗ Kaffeesatz
- ✗ Hahnenwasser
- ✗ Etc.



Übersicht 2: Anleitung Onlinetool

1. Anmeldung/Auswahl Einträge:

- Nachdem der QR Code gescannt- oder der Link eingegeben wurde, Sprache auswählen und dann 6-stellige Haushalts-ID eingeben.
- Zwei Optionen zur Auswahl: **'Food Waste – Antwort einreichen'** an diesem Tag Food Waste entstanden, Lebensmittel- und Getränke-Abfälle via Einträge erfassen. Oder **'kein Food Waste – Antwort einreichen'**, an diesem Tag kein Food Waste entstanden.



2. Auswahl Lebensmittel / Getränke Kategorie:

- Erst Datum erfassen. Dann eine von **13 Lebensmittel / Getränke Kategorien** auswählen, wie z. B. Gemüse und Früchte (**unter 'Mehr Informationen' sind Fotos und Beispiele verfügbar**). Wenn keine Kategorie Ihrem Food Waste entspricht, können Sie die Option 'Andere' auswählen.
- Dann Lebensmittel/Getränk genauer beschreiben, indem entweder Gemüse, Früchte, Blattsalate, Pilze oder Andere ausgewählt wird.

3. Eintrag Gewicht in Gramm, Entsorgungsort und Grund der Entsorgung:

- Das **Gewicht in Gramm** angeben, was mit Küchenwaage gewogen wurde. Danach angeben **wo** Lebensmittel / Getränk entsorgt wurde und **warum** es zu Food Waste gekommen ist.

4. Food Waste Eintrag einreichen:

- Wenn Sie möchten, können Sie nun ein **Foto** von Ihrem Food Waste hochladen (dies ist optional).
- Sind alle Felder ausgefüllt, klicken Sie auf 'Einreichen'. Es erscheint: Erfolgreich eingereicht. Siehe Abbildung oben.
- Auf 'Zurück' klicken. Weitere Einträge können erfasst werden, (**'Food Waste – Antwort einreichen'**) oder Sie melden sich aus dem Onlinetool ab.

Wenn Sie vergessen, an einem Tag Food Waste zu erfassen, verlängern Sie die Food Waste Messung um die Anzahl der fehlenden Tage, damit Sie auf 7 Tage kommen.