

Denver Recycles' Roundup

March 2019 Issue

[Editor's Note: The Denver Recycles' Roundup is a monthly news column written by Denver Recycles, a program of Denver Public Works Solid Waste Management. The publication includes updates on seasonal and ongoing activities related to the City and County of Denver's residential recycling programs. Editors are invited to publish all or part of the column, but we do request that major edits are reviewed by our staff to ensure accuracy of information. Questions may be directed to Tay Dunklee at Denver Recycles, 303-446-3557.]

Refuse & Reuse for Less Waste

Even better than recycling, the number one way to reduce waste is to not create it in the first place. *Not* creating waste requires *refusing* disposable items, and *reusing* and repairing products that you already have.

REFUSE & REUSE



There are lots of ways to stop waste before it starts. One of the first steps you can take is to stop buying and using disposable products. Here are some examples:

1. **Bring your own reusable water bottle wherever you go.** Add *water bottle* to the list of items that you run through in your head before leaving the house - *keys, wallet, phone, water bottle* - and you'll be on your way to making this part of your daily routine.
2. **Bring your own reusable travel mug.** Most coffee shops will give a discount for providing your own mug, and your drink will stay hot longer too!
3. **Bring your own tote bag every time you shop and say *no thanks* to plastic and paper shopping bags.** Most stores provide a discount for each bag you bring.

No matter how small or insignificant an item may seem, making a product *new* from raw materials requires the energy-intensive and resource-intensive steps of removing material from the earth, processing it, manufacturing it into something useful, and transporting it to wherever it will be sold. All these steps require a lot of energy, and have an environmental impact. So, rather than using an item just once, it's best to find items that can be reused. To really make your efforts count, be sure to use your reusable fabric tote bags, travel mug and/or water bottle regularly and resist replacing them just because you like the color or logo of another reusable product better.

Let's put an end to single-use waste. Incorporating durable, reusable items (preferably ones you already have), into your daily routine is a great way to curb a *throw-away* lifestyle, save money, and prevent litter. Visit [DenverGov.org/Refuse-Reuse](https://denvergov.org/Refuse-Reuse) to learn more and to take the Refuse & Reuse pledge.

###

Save the Food! Preventing Food Waste Starts With All of Us

The Natural Resources Defense Council (NRDC) estimates that up to 40% of food in the United States is wasted. While some of this food waste occurs outside of our immediate control as part of the complex national food system, a large percent of this waste can be controlled a little closer to home. In fact, NRDC found that upwards of 40% of the food wasted in Denver was generated from households. This makes households the single largest generator of food waste in Denver, and therefore, a great location to focus on reducing food waste.



While no reasonable Denver resident would intentionally throw away hundreds of dollars worth of food each year, that's essentially what we're all doing. The average American family of four spends an estimated \$1,800 per year on food that they don't eat!

In a recent study of Denver households, the NRDC found that the average amount of food wasted, per person, in households included in this study was about 4.2 pounds of food per week. Of that, more than 76% of this wasted food could have been eaten (for example – a banana peel is considered an *inedible* food scrap in this study, but a discarded piece of banana is considered *edible*). If this situation sounds

alarming, it certainly is. However, there *is* hope, and there are lots of great tools to help change things, especially in our homes.

Here are a few quick tips and resources from [SavetheFood.com](https://www.savethefood.com) to help prevent food from going to waste in the first place:

- Smart Shopping – Shop With a Plan:** Food shopping with a list is proven to help save money and cause less food waste. To help avoid impulse purchases, consider using these shopping tips: <https://www.savethefood.com/tips/shopping-guidelines>. And, don't forget to consult the **Guest-Imator** tool when planning for events and gatherings: <https://www.savethefood.com/guestimator>.
- Smart Food Storage:** Storing food correctly enables it to keep longer and increases its chances of getting eaten. Some great food storage tips are available here: <https://www.savethefood.com/food-storage>.
- Be Smart About Use By / Sell By / Best Before Labels:** Learn what these labels mean for your fridge and pantry. Read how to decipher these labels at: <https://savethefood.com/articles/deciphering-dates-on-products>.

When we waste food, we're essentially wasting everything that was used to produce it-- including water, energy, labor, fuel, time, and of course, money. Even though the Denver Composts program can accept food scraps and food waste for composting, it's always better to prevent food from going to waste in the first place.

For additional waste reduction tips, information about the Denver Composts program, and all other services offered by Denver Solid Waste Management, visit [Denvergov.org/DenverRecycles](https://denvergov.org/DenverRecycles) or call 311 (720-913-1311).

###

Breves de Denver Recycles

Entrega de marzo de 2019

[Editor's Note: The Denver Recycles' Roundup is a monthly news column written by Denver Recycles, a program of Denver Public Works Solid Waste Management. The publication includes updates on seasonal and ongoing activities related to the City and County of Denver's residential recycling programs. Editors are invited to publish all or part of the column, but we do request that major edits are reviewed by our staff to ensure accuracy of information. Questions may be directed to Tay Dunklee at Denver Recycles, 303-446-3557.]

Rehuse y reuse para generar menos residuos

La mejor forma de generar menos residuos (mejor incluso que reciclar) consiste en no crearlos. *No generar* residuos implica *rehusar* o rechazar los artículos desechables y *reusar* y reparar los productos que ya tenemos.

REHUSAR y REUSAR



Existen muchas maneras de dejar de generar residuos. Una de las medidas más importantes que puede tomar consiste en dejar de comprar y usar productos desechables. Estos son ejemplos de algunas maneras de hacerlo.

4. **Lleve siempre consigo una botella de agua reutilizable.** Agregue *botella de agua* a la lista mental que repasa antes de salir de casa: *llaves, billetera, teléfono, botella de agua...* pronto esto formará parte de su rutina diaria.
5. **Lleve su propia taza reutilizable.** En la mayoría de los cafés recibirá un descuento si presenta su propia taza y de esa forma su bebida se mantendrá más calentita.

6. **Lleve sus propias bolsas reutilizables para la compra y diga *no gracias* a las bolsas desechables de plástico y de papel.** En la mayoría de los supermercados recibirá un descuento por cada bolsa reutilizable que tenga.

Por menor o insignificante que parezca la repetición de estos actos, la elaboración de productos *nuevos* a partir de materia prima requiere la extracción del material de la tierra, su procesamiento, la manufactura de un producto útil y su transporte hasta el lugar donde se venderá, todos procesos que implican grandes consumos de energía y de recursos naturales. Por eso, en lugar de usar algo solo una vez conviene comprar productos que se puedan usar una y otra vez. Para maximizar el impacto de sus esfuerzos, use siempre sus bolsas de tela reutilizables para la compra, su taza personal y su propia botella de agua, y resista a la tentación de cambiarlas solo porque le parece más atractivo el color o el logotipo de otro producto reutilizable.

Incorpore productos reutilizables y duraderos (preferentemente objetos que usted ya tiene) en su rutina diaria y *deje de aceptar lo desechable en su vida*, con lo cual ahorrará dinero y evitará la generación de basura. Para aprender más al respecto, visite DenverGov.org/Refuse-Reuse o llame al 311 (720-913-1311).

###

¡No desperdiciemos alimentos! Todos podemos evitar el desperdicio alimentario.

El consejo para la defensa de los recursos naturales (*Natural Resources Defense Council* o NRDC) estima que desde la producción hasta el consumo, en los Estados Unidos desperdiciamos más del 40 % de los alimentos. Es cierto que parte de este desperdicio ocurre en el contexto de un complejo sistema nacional de producción alimentaria que está fuera de nuestro control directo, pero podemos controlar un porcentaje elevado de este tipo de desperdicio en nuestra vida diaria. De hecho, el NRDC determinó que hasta el 40 % de los alimentos que se desperdician en Denver provienen de nuestros hogares. Esto significa que el núcleo familiar es el principal generador de desperdicios alimentarios en la ciudad y, por tanto, que el ámbito doméstico es el que más atención merece para reducir la cantidad de comida que se desperdicia.

Por supuesto que a nadie en sus cabales se le ocurre botar, a propósito, cientos de dólares al año en alimentos, pero eso es esencialmente lo que estamos haciendo en Denver. ¡La familia estadounidense media de cuatro personas gasta aproximadamente 1800 dólares en alimentos que luego no come!



En concreto, esto significa que el residente medio de Denver desperdicia 4.2 libras (~1.9 kg) de comida todas las semanas. Casi el 75 % de esta comida desperdiciada se hubiera podido consumir (a los efectos del estudio, la cáscara de plátano se considera un resto de comida *no comestible*, pero un trozo de fruta se considera *comestible*). Si esta situación le parece alarmante, tiene razón, lo es. Sin embargo, existen muchas herramientas muy buenas pensadas para cambiar este estado de cosas, especialmente en el ámbito doméstico, *lo cual brinda esperanza*.

Estas sugerencias y los enlaces al sitio ***SavetheFood.com*** le ayudarán a desperdiciar menos comida en el futuro.

- Haga sus compras de manera inteligente: con un plan.** Es consabido que hacer la compra con una lista ayuda a ahorrar dinero y causa menos desperdicio alimenticio. Estas sugerencias pueden ayudarle a evitar las compras impulsivas: <https://www.savethefood.com/tips/shopping-guidelines>. Y no se olvide de consultar la herramienta **Guest-Imator**, para estimar las cantidades cuando tenga invitados: <https://www.savethefood.com/guestimator>.
- Almacenamiento inteligente.** Almacene los alimentos de forma adecuada para que se conserven más tiempo y aumentar la probabilidad de consumirlos. Esta página contiene excelentes ideas sobre cómo almacenar los alimentos: <https://www.savethefood.com/food-storage>.
- Entienda el significado de las indicaciones de las etiquetas.** Aprenda las implicancias de las indicaciones *use by* (consumir antes del), *sell by* (vender antes del) y *best before* (mejor antes del) para su heladera y su despensa. Esta página le enseñará a descifrar estas indicaciones: <https://www.savethefood.com/tips/deciphering-dates-on-products>.

Fundamentalmente, desperdiciar alimentos implica desperdiciar todos los recursos que se utilizaron en su producción: agua, energía, tiempo y, por supuesto, dinero. Y pese a que el programa Denver Composts acepta los restos de comida y otros alimentos no consumidos, siempre es preferible evitar el desperdicio alimentario.

Para obtener otras ideas sobre cómo generar menos residuos e información sobre el programa Denver Composts y todos los demás servicios que ofrece Denver Solid Waste Management, visite Denvergov.org/DenverRecycles o llame al 311 (720-913-1311).

###