

**SPRECO ALIMENTARE**  
e  
**CONSERVAZIONE degli ALIMENTI**

24 aprile '15

***Buone pratiche per ridurre lo spreco alimentare a casa***

Ci siamo incontrati con Matteo che collabora con LAST MINUTE MARKET.

LAST MINUT MARKET è formato da un gruppo di persone che da oltre 15 anni si occupano di prevenzione degli sprechi.

Si interrogano sugli scarti alimentari, buoni ancora da mangiare ma destinati alle pattumiere; scarti che invece si possono indirizzare verso persone che ne hanno bisogno.

Riflessioni...

Quando noi acquistiamo il CIBO, non sappiamo valutare  
**QUANTA FAME ABBIAMO**  
e rischiamo di  
**COMPERARE in ECCESSO.**

Il cibo **SCADE**

Lo **SPRECO**  
è la creazione di un  
**RIFIUTO**

Due organizzazioni mondiali: **F.A.O.** (Food and Agriculture Organization) e **O.M.S.** (Organizzazione Mondiale della Salute) che si occupano anche di Educazione alimentare, hanno stabilito alcune “regole” per PREVENIRE lo spreco:

- Uso del cibo funzionale alla persona
- Lo si deve consumare
- Lo si deve conservare bene nel frigorifero

Di tutto il cibo prodotto a livello mondiale, ogni anno  $\frac{1}{3}$  (1,3 miliardi di tonnellate) viene buttato nella spazzatura: corrisponde a 4 volte la quantità necessaria per nutrire tutte le persone affamate del pianeta, che sono 868 milioni.

## Cosa sprechiamo?

45% di FRUTTA e VERDURA

30% di PESCE

30% di CEREALI

20% di CARNE

Si spreca meno carne perché costa di più e perché abbiamo imparato a conservarla meglio.

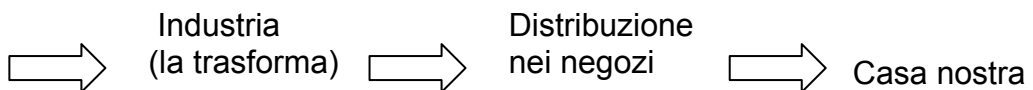
Ciò che buttiamo annualmente ha un valore di circa **37** miliardi di euro, che corrispondono a **450** euro l'anno per famiglia. Questo cibo basterebbe a sfamare circa **44** milioni di persone.

Il cibo che sprechiamo in 1 anno in Italia basterebbe per sfamare l'intera Spagna.

**OGNI ANNO** in Europa e nell' America del nord **OGNI PERSONA** spreca **100 Kg** di cibo.

Nei Paesi poveri invece ne sprecano **10 Kg**. Le loro tecnologie sono arretrate.

La strada del cibo...la FILIERA



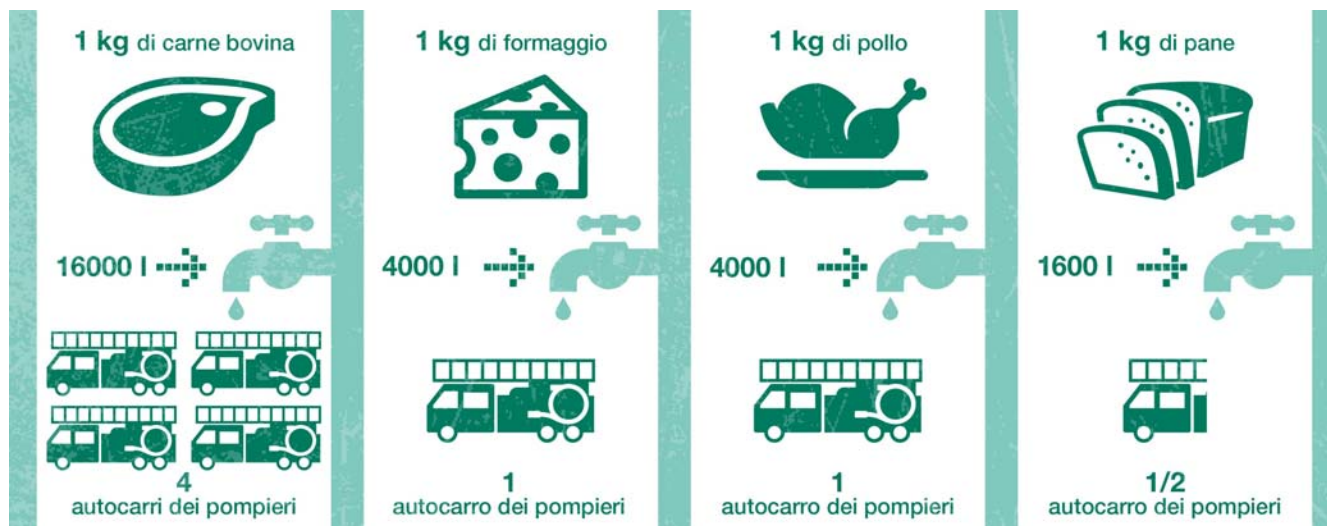
Per avere la mela, sono state usate delle **RISORSE**:

- TERRENO
- MEZZI AGRICOLI e INDUSTRIALI
- ENERGIA SOLARE
- ENERGIA ELETTRICA
- ACQUA

Bisogna chiedersi:

Dentro a quella mela  
**quanto sole c'è,**  
**quanta acqua c'è,**  
**quanta energia c'è...?"**

Per produrre **1 Kg di carne** occorrono **16.000 litri** di **acqua**...



Dove sprechiamo?

#### In AGRICOLTURA

- Per le avversità del clima
- Per le produzioni eccessive (a volte costa di più raccogliere i prodotti della terra che non raccogliarli: non conviene economicamente)

#### Nelle INDUSTRIE

Si spreca poco perché tendono a fare scelte oculate.

#### Nei NEGOZI

Si spreca poco perché tendono a fare delle previsioni di possibili acquisti.

Si può comunque sprecare perché:

- Le previsioni possono risultare sbagliate
- I prodotti scadono
- I prodotti non belli rimangono invenduti

#### A CASA

- C'è troppo cibo
- Si lasciano scadere i prodotti comperati
- Non si usa bene il frigorifero
- Siamo pigri



## Quanto si spreca in Europa?

In Europa lo spreco domestico è pari al 42% dello spreco totale



La Commissione Europea propone 10 consigli:

- Non si va a fare la spesa senza aver prima pensato, senza avere preparato una lista
- Controllare le etichette che dicono:
  - scadenza
  - come conservarlo
  - come cucinarlo
- Tenere il frigorifero pulito e controllare la temperatura; quella giusta è fra i 0 – 4° C. Il termostato è un indicatore, non è un termometro: i loro numeri non corrispondono fra di loro.
- Mettere i prodotti delicati nella parte bassa del frigorifero. La parte alta è quella in cui sale l'aria fredda. Lo sportello è la parte più calda.
- In dispensa e in frigo mettere DAVANTI i prodotti in scadenza

- Tenere in considerazione il budget: sprecare cibo significa sprecare denaro.
- Servire PORZIONI CORRETTE e non troppo abbondanti



In Italia la PASTA COTTA è il prodotto maggiormente buttato via.

- Gli AVANZI si possono riutilizzare



- Congeliamo i cibi che non consumiamo subito.
- Se proprio qualcosa avanza, fare correttamente la raccolta differenziata

E' vero che

**Dobbiamo cercare di  
NON sprecare**

ma è anche vero che

**NON è possibile NON buttare  
via qualcosa**

ma è anche vero che è IMPORTANTE

**PENSARE al CIBO che BUTTIAMO  
come QUALCOSA di SERIO,  
QUALCOSA di VALORE**