

# PERCHÉ RIDURRE LO SPRECO DI CIBO

**PER MOTIVI ECONOMICICI:**  
si risparmiano miliardi di euro.



## PER TUTELARE L'AMBIENTE:

1 tonnellata di cibo sprecato produce 2 tonnellate di CO<sub>2</sub>; la CO<sub>2</sub> contribuisce al riscaldamento globale. Inoltre i rifiuti alimentari producono METANO (gas ad effetto serra 21 volte più potente del biossido di carbonio).



**PER RIDURRE I COSTI DI RACCOLTA/ TRATTAMENTO/ SMALTIMENTO dei rifiuti organici.**



## I NUMERI



Nel 2010 ogni italiano ha buttato via 27 kg di alimenti ancora commestibili, 8,8 milioni di tonnellate corrispondenti al 10% del totale europeo.

### In media le famiglie buttano via:

35% di prodotti freschi

19% di pane

16% di frutta e verdura

### E i supermercati?

Ogni giorno ognuno dei 600 ipermercati della penisola butta 250 kg di cibo, sia perché è vicino alla data di scadenza sia per ragioni estetiche.

## I COSTI

In Italia lo spreco di cibo costa all'anno:

Alle famiglie: **454,00** euro

Al settore agricolo: **10 miliardi** di euro

All'industria alimentare: **1,2 miliardi** di euro

Alla distribuzione: **1,5 miliardi** di euro



# IL CIBO CHE BUTTI NON È UN GIOCO

Se ragioni, non lo fai 😊



STAMPATO SU CARTA ECO LABEL



# PERCHÉ SPRECHIAMO IL CIBO?

Per una scarsa capacità di **gestire le porzioni di cibo**.



Per un acquisto di cibo fresco in **quantità troppo elevate** rispetto al nostro consumo (il cibo fresco così scade prima che riusciamo a consumarlo).



*La terra ha risorse sufficienti per i bisogni di tutti, ma non per l'avidità di tutti.*  
Mahatma Gandhi

# COSA FARE PER RIDURRE LO SPRECO DEL CIBO? PICCOLI CONSIGLI

- 1 **Pianificare il menù** e tenere sotto controllo quello che abbiamo nel frigo
- 2 Negli acquisti **seguire la lista** preparata senza farsi tentare da altro
- 3 **Verificare che il frigo funzioni bene** (che sia intatto e che la temperatura sia corretta)
- 4 **Non buttare** via il cibo troppo maturo o ammaccato (può essere usato per dolci, frullati...)



- 5 **Riutilizzare gli avanzi** (molte ricette si basano sul loro utilizzo)
- 6 Creare nel frigo una **rotazione degli alimenti** spostando davanti quelli più vecchi
- 7 Non servire **porzioni troppo abbondanti** – chi ne vuole ancora può servirsi una seconda volta



- 8 Comprare la quantità di cibo di cui **si ha bisogno**
- 9 Preferire gli **alimenti sfusi** invece di quelli preconfezionati
- 10 Trasformare gli avanzi di cibo, che non si è più riusciti a riutilizzare, in risorse utili per il nostro giardino attraverso il **compostaggio**

