

**IN PILLOLE
RISPARMIO
CURANDO
LA CUCINA**

IMPARIAMO A FARE LA SPESA

Panificando il menù della settimana e sapendo cosa c'è in dispensa gli acquisti saranno ottimali.

CONSERVARE CON CURA

Il cibo va conservato come indicato sull'etichetta e controllando che il frigorifero funzioni bene.

NON CUCINARE TROPPO

Non bisogna eccedere nelle quantità preparate per non rischiare di gettare troppi esuberi.

RIUTILIZZO DEGLI AVANZI

Alcuni avanzi si usano con ricette intelligenti, che servono anche a terminare i cibi in scadenza.



Salute

Bisogna battere lo spreco del cibo

STILI DI VITA / 1

Ogni anno, a testa, ventisette chili di cibo gettati in discarica

Attenti allo spreco! È il nome del progetto dell'Asl Cn2, col patrocinio della Regione Piemonte e in collaborazione con il Centro regionale di documentazione per la promozione della salute, che nel 2021, amplia le tematiche trattate arrivando al problema dello spreco degli imballaggi degli alimenti. Referenti sono Laura Marinaro, per il dipartimento di epidemiologia, promozione salute e coordinamento attività di prevenzione, e Francesca Fioretto, per il servizio veterinario.

Tra le novità del nuovo anno c'è la collaborazione con l'Arci Bra Unire, nell'ambito del progetto Cambio di stile, pensato per diffondere la cultura della sostenibilità. A partire dall'Agenda 2030 approvata dalle Nazioni unite, parlare di spreco alimentare è fondamentale. In Italia, nel 2016, è stata approvata una legge con la finalità di ridurre gli sprechi per ciascuna fase della catena alimentare, dalla produzione alla sommi-



Francesca Fioretto presenta il logo del progetto dell'Asl contro lo spreco: la forma del cassonetto racchiude la parola food, ossia cibo.

Attenti agli imballaggi in plastica

STILI DI VITA / 3

Dottoressa Fioretto, qual è l'impatto degli imballaggi alimentari realizzati in plastica? «Siamo passati dai cibi sfusi ai chili di imballaggi in plastica. In media ogni

cittadino italiano produce un chilo di rifiuti plastici ogni 5 giorni, cioè 73 chili all'anno. E se si pensa che 8 milioni di tonnellate di scarti in plastica vanno globalmente negli oceani ogni anno, è evidente come il fenomeno sia impattante sull'ambiente.

nistrazione. La gravità del problema è evidente dai dati: secondo la stima dell'organizzazione delle Nazioni unite per l'alimentazione e l'agricoltura (Fao), un terzo della produzione annuale di cibo finisce nella spazzatura.

In Italia, c'è da dire che nel 2020 si è registrata una riduzione dell'11,78 per cento della quantità di cibo sprecato rispetto al 2019, ma si tratta di cifre elevate: si stima infatti che si sprechino 27 chili di cibo *pro capite* all'anno, pari a 529 grammi a settimana, sempre a persona.

Per avere accesso ai materiali di Attenti allo spreco!, si può consultare il sito dell'Asl Cn2 o seguire le lezioni dell'Unitre di Bra sul canale YouTube o sulla pagina Facebook.

Francesca Pinaffo

Ciascuno di noi può limitare il problema nel suo quotidiano: si possono preferire gli alimenti sfusi a quelli confezionati; si possono scegliere borse per fare la spesa in carta o tessuto e bisogna imparare a smaltire gli imballaggi in modo corretto, riciclando quelli igienicamente in buone condizioni». f.p.

L'esperta risponde:

Francesca Fioretto, servizio veterinario area B dell'Asl Cn2, igiene alimenti di origine animale



STILI DI VITA / 2

■ Dottoressa Fioretto, perché lo spreco alimentare è un problema?

«A livello domestico nazionale lo spreco vale 6,4 miliardi di euro, significa che nel 2020 sono andate sprecate 1 milione e 661 mila tonnellate di cibo. Le implicazioni negative sono su diversi fronti, a partire dalla dimensione etica e sociale, perché è inaccettabile lo spreco di risorse alimentari che sarebbero preziose per persone in difficoltà. C'è poi la dimensione economica, dal momento che lo spreco ha costi molto elevati. E, non meno impattanti, le conseguenze ambientali».

Quali conseguenze negative ha lo spreco alimentare sull'ambiente?

«Ci sono diversi aspetti a partire dall'emissione di CO2, ma anche il degrado del suolo; basti pensare che, a livello globale,

l'estensione di suolo agricolo necessario per produrre il cibo sprecato ogni anno nel mondo è pari a 1,4 miliardi di ettari, cioè il 28 per cento della superficie agricola globale. Senza dimenticare lo spreco idrico che deriva da questo fenomeno: in Italia, la frutta e gli ortaggi gettati via nei punti vendita comportano, da soli, il consumo di più di 73 milioni di metri cubi di acqua, pari a 36,5 miliardi di bottiglie da due litri».

Perché si spreca il cibo?

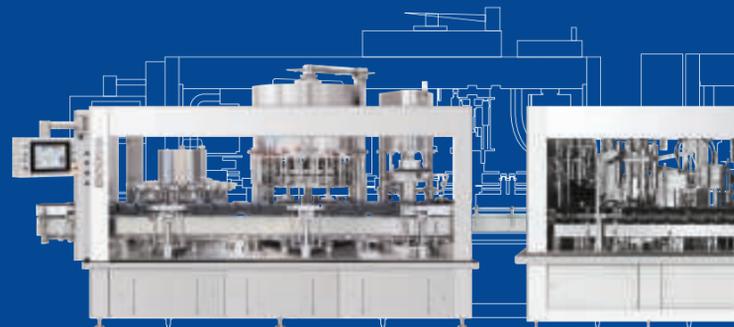
«I motivi sono numerosi. Se si guarda ai comportamenti messi in atto nella quotidianità, lo spreco può derivare dalla tendenza ad acquistare troppi prodotti o a commettere errori nella loro conservazione. Così si finisce per fare la spesa magari non di frequente, acquistando cibo di cui non si ha bisogno nell'immediato che si deteriora e finisce nella spazzatura». f.p.

Qualità

la progettiamo, la costruiamo, la imbottigliamo

E la coltiviamo dal 1946, con la stessa passione e l'instancabile spirito d'innovazione con cui costruiamo ogni singolo pezzo. È la stessa qualità che inizia in vigna e finisce in bottiglia, perché Gai nasce e cresce a fianco delle più importanti realtà vitivinicole mondiali, garantendo un supporto costante grazie agli oltre 100 rivenditori e centri assistenza.

Da oltre 75 anni condividiamo con voi la ricerca della qualità.



MACCHINE IMBOTTIGLIATRICI 1.000-20.000 B/H
fraz. Cappelli 33/b, 12040 Ceresole d'Alba (Cn)
tel. +39 0172 574 416 - fax +39 0172 574 088
email: gai@gai1946.com - www.gai1946.com

GAI

**ABBIAMO UN NUOVO
SITO INTERNET!!**

Siamo felici ed emozionati nel comunicarvi
che siamo pronti a **RI-PARTIRE!!**

Per l'occasione ci presentiamo con un
nuovissimo sito internet, aggiornato nel
quale potrete visualizzare tutti i nostri
viaggi in programma:

www.fashiontravel.it



AGENZIA VIAGGI
FASHION TRAVEL

NOA (C)S - Via Alba 6
Tel. +39 0172 428223 - +39 0172 428250
Fax +39 0172 428250

FORNARO (C)S
Via Giordano Bruno 6
Tel. 0122 80484

www.fashiontravel.it

Info: 0172 428223