

PAPA', NON BUTTIAMO  
GLI AVANZI!



ACLI  
Provinciali di  
VENEZIA

BUONO  
OGGI  
E ANCHE  
DOMANI

IMPARIAMO  
A NON SPRECARE  
IL CIBO

L'iniziativa "BUONO OGGI E ANCHE DOMANI" si inserisce nella campagna portata avanti dalle ACLI Provinciali di Venezia contro lo spreco del cibo. Purtroppo nella nostra società il cibo, sia crudo che cotto, viene gettato via in quantità sempre maggiore ed è diventato quasi normale non mangiare tutto quello che abbiamo nel piatto che poi va buttato nel cestino.

Vorremmo con questo lavoro destinato soprattutto ai bambini (ma che speriamo possano condividerlo con il loro genitori) dare qualche semplice informazione sullo spreco del cibo, per orientarci ad atteggiamenti nuovi in cui tutti possiamo diventare più attenti e impegnarci a non buttare più via il cibo avanzato.

Il semplice gesto di chiedere un contenitore se siamo in un locale pubblico per portare a casa quello che possiamo consumare domani può diventare un nuovo stile di vita che ci aiuta a migliorare noi e far stare un po' meglio la nostra società e il nostro pianeta.

Questo opuscolo, semplice e simpatico, nelle nostre intenzioni dovrebbe servire a questo.

Buona lettura!



**Il Presidente  
delle ACLI Provinciali di Venezia**  
Paolo Grigolato

HAI QUALCHE "RICETTA DEL RICICLO"  
INTERESSANTE? VUOI DIRCI LA TUA  
SULL'INIZIATIVA?



Abbiamo pensato che mettere a disposizione la nostra casella di posta elettronica per comunicare con voi è un bel modo per poter capire quanto questa iniziativa e queste tematiche sono sentite.

**Scriveteci le vostre "ricette del riciclo" o diteci cosa ne pensate del progetto.**

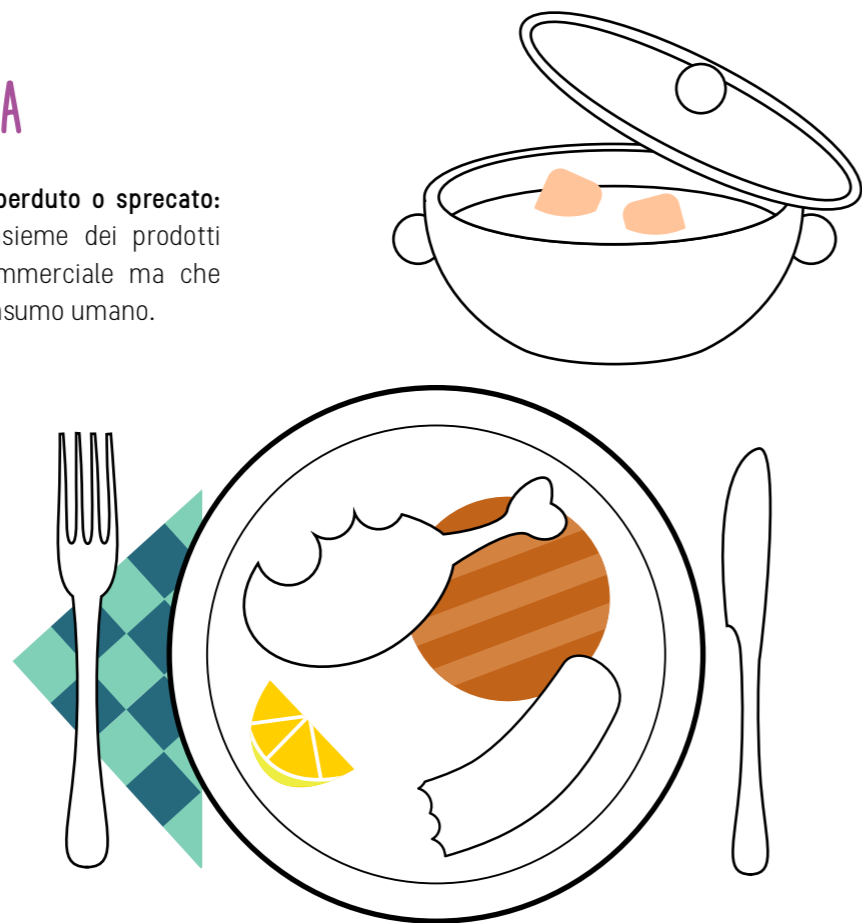
Siamo a disposizione!



COLORA TU!

## I RIFIUTI ALIMENTARI IN EUROPA

Circa **un terzo del cibo prodotto viene perduto o sprecato**: il termine spreco, infatti, definisce l'insieme dei prodotti alimentari che hanno perso valore commerciale ma che potrebbero essere ancora destinati al consumo umano.

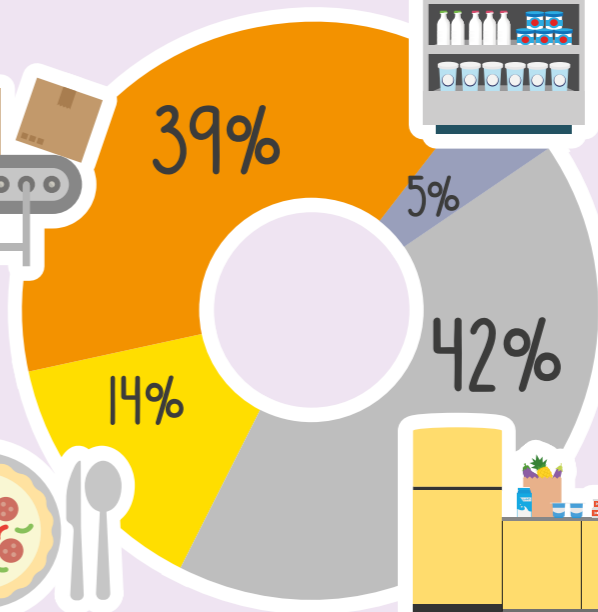
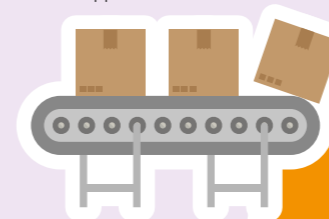


## LO SAI CHE...

**Dove nasce lo spreco alimentare?** Lungo tutta la filiera di produzione e consumo del cibo. Le percentuali indicano quanto ogni fase incida sul totale di cibo sprecato ogni anno in Europa.

### PRODUZIONE

- Resti dalla produzione della carne
- Prodotti deformati
- Prodotti danneggiati
- Sovrapproduzione.



### COMMERCIO ALL'INGROSSO E VENDITA AL DETTAGLIO

- Variazioni di temperatura
- Standard estetici
- Difetti di imballaggio
- Eccedenza di scorte.



### SERVIZI DI RISTORAZIONE

- Non offrono porzioni differenti, nè permettono ai clienti di portare a casa gli avanzi
- Difficoltà di prevedere la domanda
- Non soddisfano le preferenze della clientela.



### FAMIGLIE

- Acquisti eccessivi
- Cattive condizioni di conservazione
- Confusione sulle etichette
- Scarti alimentari, come bucce di mela o croste di pane
- Porzioni esagerate
- Scarto degli avanzi





**COLORA TU!**

## LO SPRECO ALIMENTARE A CASA NOSTRA

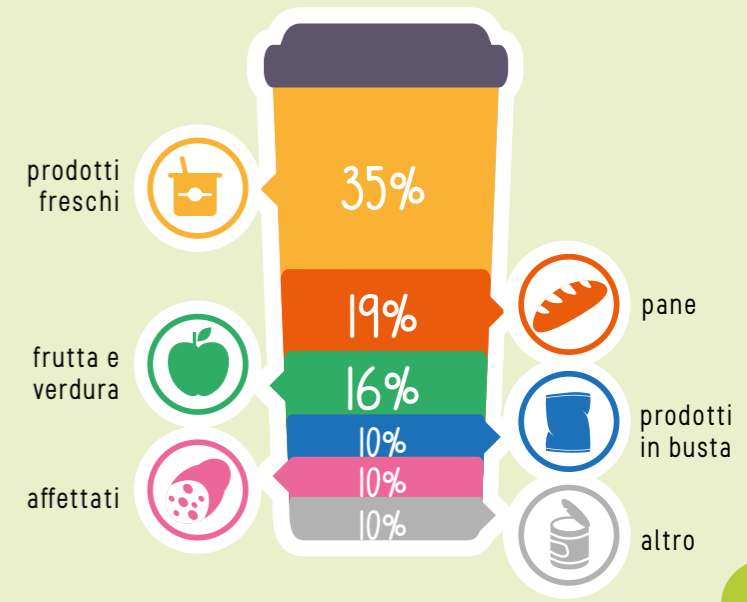
Lo spreco alimentare è un **inaccettabile paradosso** del nostro tempo: infatti se da un lato vi è la necessità nei prossimi anni di incrementare la produzione alimentare del 60-70% per nutrire una popolazione sempre crescente, dall'altro **nel mondo si spreca oltre un terzo del cibo prodotto, di cui l'80% sarebbe ancora consumabile.**



### IN ITALIA QUANTO SPRECHIAMO?



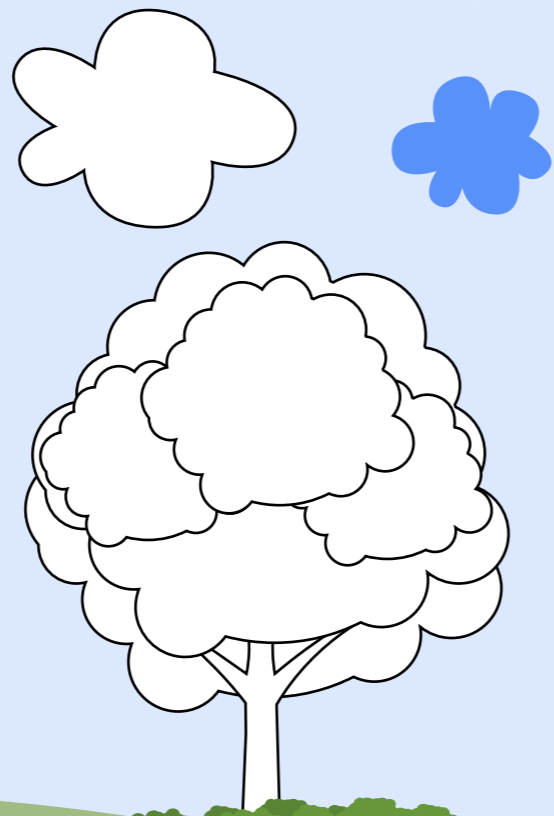
UNA FAMIGLIA SPRECA ALL'ANNO  
**> 454 €**  
 DI CIBO



## SPRECARE CIBO = INQUINARE L'ARIA

La **carbon footprint** è una misura che esprime in **anidride carbonica (CO<sub>2</sub>)** equivalente il totale delle emissioni di gas ad **effetto serra** associate direttamente o indirettamente ad un prodotto, un'organizzazione o un servizio.

Consideriamo che durante il suo ciclo di vita un **albero assorbe tra i 500 e 1.000 kg di CO<sub>2</sub>**; questo significa che, ad esempio, 1 solo albero (piantato e mantenuto per l'intero ciclo di vita) ci permette di azzerare le emissioni di circa 20 kg di carne bovina, ovvero la media del consumo degli italiani nel 2014!



## UN TERZO

del cibo che produciamo  
viene sprecato

POTREBBE NUTRIRE

# 4 VOLTE 795 MILIONI

di persone che soffrono la fame



OBIETTIVO DEL  
PROTOCOLLO DI MILANO

# -50%

spreco alimentare  
entro il 2020

NEI PAESI OCCIDENTALI  
SPRECHIAMO DI PIÙ DI QUANTO PESIAMO

# 95-115 KG

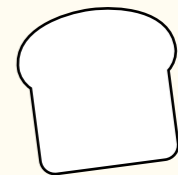
cibo sprecato pro-capite anno

# 65-80 KG

peso medio di una persona

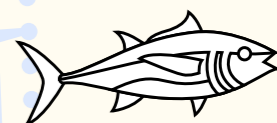
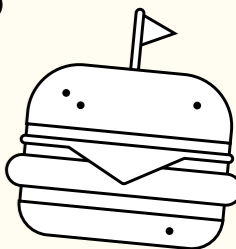
## COLORA TU!

Ecco quanta CO<sub>2</sub>  
viene emessa per la  
produzione di questi  
alimenti



1 kg CO<sub>2</sub>  
1 pagnotta di pane

2 kg CO<sub>2</sub>  
1 panino



6 kg CO<sub>2</sub>  
1 kg pesce  
congelato



7 kg CO<sub>2</sub>  
1 kg fragole importate

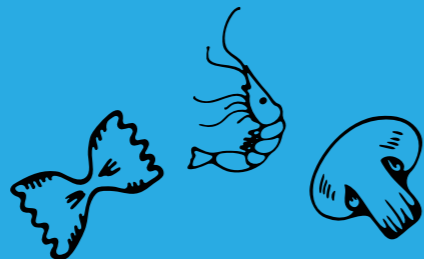
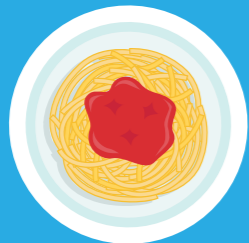
## SPRECARE CIBO = SPRECARE ACQUA

La **water footprint** (o impronta idrica) è un indicatore del consumo di acqua dolce che include l'uso diretto e indiretto di acqua da parte di un consumatore o di un produttore.

Anche la produzione degli **alimenti che mangiamo ogni giorno** ha un'impronta idrica che incide sull'ambiente.

Ecco quanto quello che mangiamo è "pesante" in termini di consumo di acqua per la sua produzione.

### LO SPRECO DI CIBO, QUINDI, COMPORTE ANCHE UNO SPRECO DI ACQUA!



Per **1 KG**  
di cioccolata occorrono

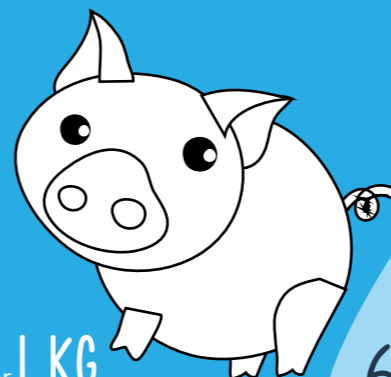


**17.000**  
litri di acqua

= **188** docce



Per **1 KG**  
di carne di maiale occorrono



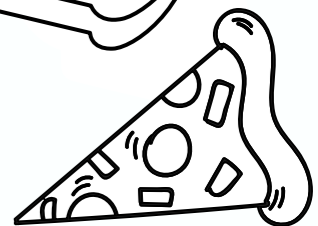
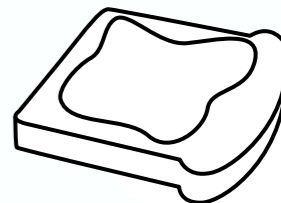
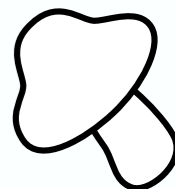
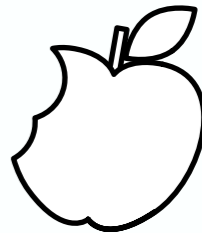
**6.000**  
litri di acqua

= **1** piscina riempita

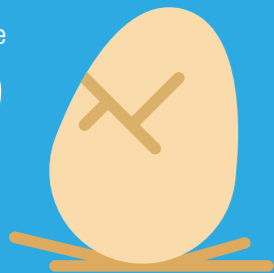


**COLORA  
TU!**

Colora a tuo piacimento

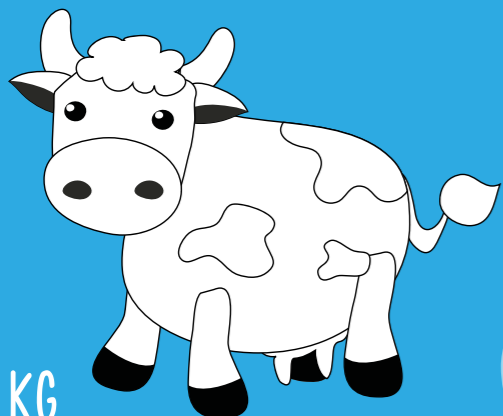
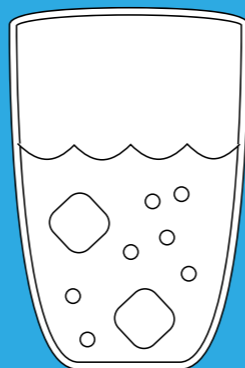


Per produrre  
**1 UOVO**  
occorrono



= 784

bicchieri di  
acqua



Per **1 KG**  
di carne di manzo occorrono



= 250

bagni rilassanti



## PER RIDURRE GLI SPRECHI PARTIAMO DALL'INIZIO: AL SUPERMERCATO!



È importante essere consapevoli che compiendo pochi piccoli gesti nel quotidiano riusciamo ad avere dei benefici per la nostra salute e per l'ambiente. Ecco che dobbiamo imparare come **comportarsi al supermercato per evitare acquisti eccessivi**, scelta di prodotti ingannevoli o che non corrispondono a ciò che stavamo cercando:

- 1** **compiliamo a casa una nota della spesa** per acquistare quello che ci serve davvero;
- 2** è importante anche **non recarsi al supermercato a stomaco vuoto**, per non cedere alla tentazione di comprare più del dovuto;
- 3** orientiamoci su **prodotti freschi e di stagione**;
- 4** **leggiamo le etichette** che ci possono orientare nella scelta di un prodotto anziché un altro.

## UNA BUONA IDEA? LE RICETTE DEL RICICLO!

Al sito <http://www.enaip.veneto.it/index.php/family-bag-ebirfop> potete trovare le ricette enogastronomiche proposte dagli allievi del 3° anno di ristorazione del centro servizi formativi ENAIP VENETO di Calalzo di Cadore per il recupero del cibo avanzato. Le ricette sono suddivise nelle categorie: riso, pasta, verdure, patate, polenta, carne e pesce.

## VOLETE GIÀ FARE UNA PROVA?

Ecco una gustosa ricetta da provare subito!



## CRUMBLE DI PANETTONE E PERE

**Tempo preparazione e cottura:** 30 minuti circa.

### Ingredienti per 6 persone:

½ panettone avanzato, 1 pera abate, 2 uova, 80 g di zucchero, cannella q.b., zucchero a velo, 100 g di farina, 50 g di burro.

### Procedimento:

Tagliare il panettone a fette sottili e disporle sul fondo di una teglia da forno. Tagliare la pera sbucciata a fettine sottili e ricoprire il panettone. Sbattere le uova con 30 g di zucchero e versarle sul panettone. Preparare il crumble, mescolando 50 g di zucchero, la farina, il burro e un po' di cannella. Cospargere il crumble sopra al panettone e infornare a 200°C per 15 minuti circa. Completare con zucchero a velo.

## GIOCO: TROVA GLI INTRUSTI

Tra gli ingredienti della ricetta si trovano **tre intrusi**, riesci a trovarli?





## LO SAI CHE...

Riciclando carta si risparmia  
il 65% dell'energia necessaria  
per produrre nuova carta.  
Per ogni tonnellata di carta  
riciclata, 17 alberi vengono salvati.

**Questo opuscolo è stato  
stampato su carta riciclata  
e l'ambiente ringrazia!**

## PER INFORMAZIONI:

ACLI PROVINCIALI DI VENEZIA  
Via Ulloa, 3 – 30175 Marghera (VE)  
Telefono 041-5314696

### E-MAIL

[venezia@acli.it](mailto:venezia@acli.it)

### SITO WEB

[www.aclivenezia.it](http://www.aclivenezia.it)

### FACEBOOK

@aclivenezia

