

Noi a casa possiamo seguire semplici regole per evitare lo spreco:

- preparare con cura un elenco della spesa di ciò che serve realmente senza eccedere nelle quantità;
- controllare le date di scadenza in base alle esigenze della famiglia;
- congela ciò che hai cucinato in eccesso per utilizzarli in un secondo momento

La politica ambientale si pone come obiettivo prioritario la riduzione sia della quantità che della pericolosità dei rifiuti prodotti, sia del flusso dei rifiuti avviati allo smaltimento. Sicché prevede e disciplina specifiche azioni per intervenire alla fonte nel processo produttivo e per agevolare e incentivare il riciclaggio e il recupero dei rifiuti prodotti. (Principio della Prevenzione, riciclaggio e Recupero). Infine i rifiuti non recuperati né recepiti devono essere smaltiti in condizioni di sicurezza, con una progressiva riduzione del flusso dei rifiuti avviati in discarica.

Le strategie del RIUSO e del RECUPERO, in definitiva, si concentrano su due azioni:

- ottimizzazione dei sistemi di raccolta dei rifiuti urbani che dovranno risultare efficaci sotto il profilo tecnico, economico e ambientale,
- sviluppo del mercato del riuso e del recupero dei rifiuti.

Carta, plastica, vetro, metalli ferrosi, ecc. tutti assumono "valore di RISORSA" se si sviluppano sistemi integrati di trattamento dei rifiuti, in un'ottica di integrazione sia funzionale che organizzativa, sia territoriale che di competenze.

(<https://www.mase.gov.it/pagina/rifiuti-cosa-fare>).

Per cui ognuno di noi è chiamato a fare correttamente la raccolta differenziata seguendo le indicazioni del proprio comune, infatti essa è diversa a seconda delle zone ma tutti con l'unico obiettivo di ridurre l'inquinamento e risparmiare le risorse naturali. Per aiutarci a differenziare in modo corretto gli imballaggi ci aiuta l'etichetta ambientale presente sulle confezioni di cui vi mostriamo un esempio.

Esempio SACCHETTO IN CARTA CON FINESTRA IN PLASTICA SEPARABILE MANUALMENTE



SACCHETTO	FINESTRA
PAP 22	LDPE 4
Carta	Plastica

RACCOLTA DIFFERENZIATA

Verifica le disposizioni del tuo Comune.
Separa le componenti e conferiscile in modo corretto.



**"PROGRAMMA LATTE NELLE SCUOLE, ANNO SCOLASTICO 2024/2025,
FINANZIATO AI SENSI DEL REG. UE 1308/2013"
Ambito territoriale 9 SICILIA**

Oggi vi presentiamo il kit delle misure di accompagnamento pensate per voi:

- materiale informativo;
- materiale promozionale (tovaglietta).
- corsi di formazione;
- taccuino ludico didattico;
- tutorial degustazione;
- video processo produttivo.

Le misure sono aperte anche ai genitori per condividere un momento di crescita e formazione.

Oggi attueremo la prima misura con la consegna del "materiale informativo", le restanti saranno effettuate durante l'anno scolastico. Tutti i file saranno disponibili sulla **piattaforma digitale** di cui indirizzo e credenziali di accesso vi saranno fornite dagli insegnanti.

Materiale informativo

Sane abitudini alimentari

Linee guida

per una sana alimentazione



Nel 2018 sono state elaborate dal CREA con il suo Centro di Ricerca Alimenti e Nutrizione le **Linee Guida per una Sana Alimentazione Italiana**, al cui interno si trovano Equilibrio, varietà e moderazione, all'insegna della tradizione italiana e della dieta mediterranea, con un occhio alla migliore ricerca scientifica ed uno alla sostenibilità. Si tratta, per l'Italia, delle uniche indicazioni istituzionali per una alimentazione equilibrata dirette alla popolazione sana, autorevoli e libere da condizionamenti, redatte periodicamente, a partire dal 1986 e fino al 2003, dal CREA Alimenti e Nutrizione (allora Istituto Nazionale della Nutrizione e poi INRAN), che hanno raggiunto ogni volta milioni di persone.

Sono state elaborate con il supporto di una autorevole e nutrita Commissione multidisciplinare di esperti (oltre 100), presieduta da Andrea Ghiselli (dirigente di ricerca CREA Alimenti e Nutrizione) e coordinata da Laura Rossi (ricercatore CREA Alimenti e Nutrizione), con l'intento di raccogliere e rielaborare le migliori evidenze scientifiche, coniugandole con le nostre tradizioni alimentari.

L'**obiettivo** prioritario delle Linee Guida resta sempre lo stesso: la prevenzione dell'eccesso alimentare e dell'obesità che, in Italia, soprattutto nei bambini, mostra dati preoccupanti, in particolare nei gruppi di popolazione più svantaggiati.

Le linee guida si basano su 13 direttive che sono state suddivise a loro volta in quattro blocchi logici: bilanciamento dei nutrienti per il mantenimento del peso (*Bilancia nutrienti ed energia*); alimenti o gruppi il cui consumo deve essere incentivato (*Più è meglio*); nutrienti critici nella dieta attuale e il cui consumo dovrebbe essere ridotto (*meno è meglio*); "come fare" a garantirsi un'alimentazione completa e salutare di tutti i nutrienti per le diverse età e condizioni della vita (*Varietà, sicurezza e sostenibilità*). Per approfondire si rimanda al sito http://www.salute.gov.it/portale/documentazione/p6_2_2_1.jsp?lingua=italiano&id=2915

Come modello da seguire per le buone abitudini alimentari vi proponiamo la **piramide alimentare** (<https://www.issalute.it/index.php/la-salute-dalla-a-alla-z-menu/p/piramide-alimentare#la-piramide-alimentare-italiana>): alla base sono presentati i cibi da consumare ogni giorno, più volte al giorno. Salendo di un livello, si trovano gli alimenti che bisogna consumare sempre in minore quantità fino ad arrivare alla cima dove sono presenti gli alimenti da consumare solo occasionalmente perché un loro consumo eccessivo può rappresentare una fonte di rischio per la salute: vino, dolci.



Sostenibilità ambientale, lotta agli sprechi e corretto smaltimento degli imballaggi

L'Educazione Ambientale è uno strumento fondamentale per sensibilizzare i cittadini e le comunità ad una maggiore responsabilità e attenzione alle questioni ambientali e al buon governo del territorio.

Custodire l'ambiente è importante perché le risorse naturali non sono inesauribili, ma spesso sono state considerate come tali. Oggi, dunque, è necessario imparare a **considerare le conseguenze che le proprie azioni possono avere sull'ambiente**.

A livello nazionale, nel dicembre 2017 è stata adottata la Strategia Nazionale per lo sviluppo sostenibile (SNSvS) che rappresenta lo strumento di coordinamento dell'attuazione in Italia dell'Agenda 2030 delle Nazioni Unite. Il documento contiene scelte strategiche e obiettivi nazionali articolati all'interno di 6 aree (Persone, Pianeta, Pace, Prosperità, Partnership e Vettori di sostenibilità) e include l'educazione per lo sviluppo sostenibile nel sistema dei cosiddetti vettori di sostenibilità, definiti come ambiti di azione trasversali e leve fondamentali per avviare, guidare, gestire e monitorare l'integrazione della sostenibilità nelle politiche, piani e progetti nazionali. Fonte e approfondimenti:

<https://www.mite.gov.it/pagina/strategia-nazionale-lo-sviluppo-sostenibile>

Alcune buone abitudini per rispettare e salvaguardare l'ambiente possono riguardare semplici azioni quotidiane come:

- Seguire un'alimentazione sana e sostenibile;
- Scegliere prodotti locali a km zero o filiera corta;
- Ridurre gli sprechi alimentari e di acqua;
- Usare meno plastica possibile e preferire l'utilizzo di imballaggi riutilizzabili o biodegradabili.

Secondo la FAO, oltre un terzo del cibo prodotto al mondo va perso. **Gli alimenti sono persi o sprecati lungo l'intera catena di approvvigionamento alimentare: nell'azienda agricola, durante la trasformazione e la lavorazione, nei negozi, nei ristoranti e in ambito domestico.** Oltre ai relativi impatti economici e ambientali, i rifiuti alimentari presentano anche un importante aspetto sociale: si dovrebbe agevolare la donazione delle eccedenze, affinché chi ne ha maggiormente bisogno possa ricevere alimenti sicuri e idonei al consumo.

Il tema dello spreco alimentare ha una fortissima valenza anche a livello nazionale e da tempo il Ministero dell'Ambiente e in particolare la Direzione per i Rifiuti e l'inquinamento se ne occupano. Fonte e approfondimenti su <https://www.minambiente.it/pagina/spreco-alimentare>