

# SAPER (e) CONSUMARE



**IV Istituto Comprensivo  
"Salvatore Quasimodo"  
FLORIDIA (SR)**



**Progetto: Saper(e) Consumare**

**Sric824002**

**IV I.C. S. Quasimodo Floridia (SR)**



**DIRITTI DEI CONSUMATORI**







DIRITTI DEI CONSUMATORI

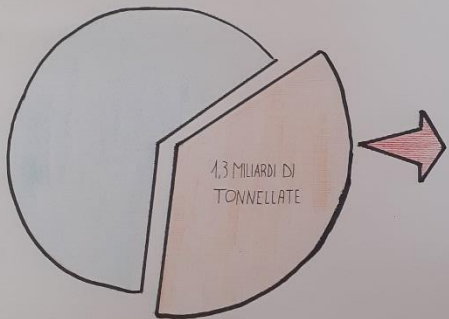
SAPER(e) CONSUMARE



# LO SPRECO ALIMENTARE







Stop Food Waste



1,3 MILIARDI DI TONNELLATE

OGNI ANNO VIENE PERSO O SPRECATO CIRCA 1/3 DI TUTTO IL CIBO PRODOTTO AL MONDO PER IL CONSUMO UMANO


SAPER(e) CONSUMARE

DIRITTI DEI CONSUMATORI

ELLENIA APPARO PAOLO PAVANO I.C.

# SPRECO ALIMENTARE

## DIRITTI DEI CONSUMATORI



Lo spreco alimentare è il fenomeno della perdita di cibo ancora commestibile che in un lungo filone di catena di produzione e di consumo del cibo. Si stima che ogni anno si spreca il 30% del cibo prodotto nel mondo. Soprattutto nei paesi ricchi, una grande parte di cibo ancora buono viene sprecato quotidianamente dai consumatori. Inoltre un altro grande spreco si verifica ad ogni fase della filiera: il processo di produzione (più di 1/3 della produzione agricola della Francia, oltre il 20% della produzione del latte).

Nei paesi in via di sviluppo infatti lo spreco alimentare domestico è quasi raramente presente. Invece una grande parte del cibo viene sprecato durante la filiera industriale di produzione o per problemi di conservazione. Secondo le stime dell'Organizzazione delle Nazioni Unite per lo Sviluppo e l'Agricoltura (FAO) in media una persona che vive in Europa o in America del Nord spreca intorno ai 95-105 kg di cibo, mentre nella Africa sub-sahariana intorno ai 4-11 kg, ed in Asia 20% circa di spreco.


In termini di impatto ambientale si tratta di un problema enorme. Le perdite di cibo e lo spreco alimentare in generale rappresentano un grandissimo spreco di risorse usate per la produzione come il petrolio, il gas e la terra. Inoltre cibo che non viene consumato porta a sprechi non necessari di fusti (plastica, cartongesso) e imballaggi per cui sono sprecati preziosi risorse e cibo, insieme ad un altro spreco delle risorse: l'energia necessaria per il trasporto. In quanto al consumo di acqua, la FAO stima che ogni persona contribuisca in maniera decisiva al cambiamento climatico. In quanto al consumo di acqua, la FAO stima che ogni persona consumi circa 3,3 tonnellate di CO2 equivalente in acqua che va lo spreco alimentare. Invece uno spreco di cibo, dopo Stati Uniti e Cina, sarebbe il terzo più grande. Oltre che per lo spreco, lo spreco di cibo si ripercuote anche sulla deforestazione e sulla perdita di biodiversità. In termini di buchi di bilancio, lo spreco di cibo rappresenta una perdita di reddito che potrebbe essere usata per migliorare la vita delle persone che vivono in condizioni di povertà.

Non investire nella infrastruttura per la conservazione può risultare più economico che aumentare la produzione e la vendita del cibo. Il cibo che non viene consumato può essere restituito ad associazioni di aiuto che lo possono distribuire a chi ne ha bisogno. Se il cibo non è più buono per il consumo umano, può essere utilizzato come mangime per il bestiame e diventare così un ottimo contributo alla produzione di mangimi per gli animali. Non coltivare cibo che potrebbe essere sprecato perché non è possibile la riduzione migliore.

## COME RIDURRE LO SPRECO ALIMENTARE A CASA

- Planifica i tuoi pasti
- Conserva correttamente il cibo.
- Non confondere "tra" da consumare, "entro" e "da consumarsi preferibilmente entro"
- Chiedi se ce n'è che hai
- Non si butta via niente!
- Evita porzioni troppo abbondanti.
- Non usa le maglie sugli alimenti.
- Condividi gli avanzi.
- Utilizza gli avanzi, se possibile.

100.000.000 di tonnellate di cibo BUTTATE  
800.000.000 di persone soffrono di fame!



RIFIUTI



DIRITTI DEI CONSUMATORI

SAPER (e) CONSUMARE



# Lo spreco alimentare

## Lo spreco alimentare

**dieta sana**

**COME MIGLIORARE**

### SAPER (e) CONSUMARE

DIRITTI DEI CONSUMATORI

**GRAFICO SPRECO ALIMENTARE**

Alimento	Percentuale
PAANE	30%
FRUTTA E VERDURA	15%
PASTICCERIA	12%
OLII E GRASSI	9%
BEVANDA	5%
ALTRI	2%

# LO SPRECO ALIMENTARE SE NON SI SA CONSUMARE RIUTILIZZARE!!!

NON SPRECARRE

**SAPER (e) CONSUMARE**

**GRAFICO SPRECO ALIMENTARE**

Alimento	Percentuale
PAANE	30%
FRUTTA E VERDURA	15%
PASTICCERIA	12%
OLII E GRASSI	9%
BEVANDA	5%
ALTRI	2%

# SPRECO ALIMENTARE

SAPER (e) CONSUMARE DIRITTI DEI CONSUMATORI

**SPRECO OGGI + ❤️ ITA DOMANI?**

#ioSPRECOmeno

**A TAVOLA FAI LE SCELTE GIUSTE: PIÙ RIFILETTI MENO SPRECHI!**

UNIFELTA' PERNO PASTICCERIA



# LO SPRECO ALIMENTARE

SAPER (e) CONSUMARE

La FAO è un'agenzia specializzata delle Nazioni Unite che si occupa di sicurezza alimentare e nutrizione. Il suo obiettivo è eliminare la fame e la malnutrizione nel mondo. La FAO lavora in tutti i paesi del mondo per aiutare le popolazioni a produrre e utilizzare in modo sostenibile le risorse naturali per aumentare la produzione di cibo e nutrire le persone. La FAO è un'agenzia specializzata delle Nazioni Unite che si occupa di sicurezza alimentare e nutrizione. Il suo obiettivo è eliminare la fame e la malnutrizione nel mondo. La FAO lavora in tutti i paesi del mondo per aiutare le popolazioni a produrre e utilizzare in modo sostenibile le risorse naturali per aumentare la produzione di cibo e nutrire le persone.



# LO SPRECO ALIMENTARE

## SAPER [e] CONSUMARE



# “INSIEME X NON ALIMENTARE LO SPRECO”



NON C'E' TEMPO DA SPRECARE, BISOGNA INIZIARE A RISPARMIARE

“UNO SPRECO AL GIORNO LEVA IL PIANETA DI TORNO”





# El desperdicio alimentario

NO PUEDE REUTILIZARSE LA COMIDA

MALGASTO DE RECURSOS

EN ESPAÑA

7.7 MILLONES DE PORCIONES DE ALIMENTOS ACABAN EN LA BASURA

Desde hace unos decenios el desperdicio de alimentos es uno de los países más que más aqueja a la sociedad moderna. Según datos de la FAO correspondientes a 2009, cada año se tiran a los basureros 1.300 millones de toneladas de desperdicio de alimentos. También es perjudicial para el medio ambiente porque ese desperdicio, no consumido corresponde a otros métodos de transformación de CO<sub>2</sub> emitidos innecesariamente. Confrontando con otros países, aquellos que se han dado cuenta de la importancia de reducir el desperdicio de alimentos, como Canadá, han conseguido reducir considerablemente sus emisiones de gases de efecto invernadero. Esto es algo que todos deberíamos hacer para reducir el desperdicio de alimentos.

SAPER (e) CONSUMARE

# EL DESPERDICIO ALIMENTARIO

## INTERVENGAMOS CONTRA EL DESPILFARRO:

el desperdicio alimentario esto no puede continuar

SAPER (e) CONSUMARE

Un tercio de los alimentos que se producen se pierden o desperdician. En otros de los términos globales del mundo producen residuos que se desperdician. Se trata de la desperdicia actual a 300 km, conforme la destrucción y la pesca se expanden en las zonas silvestres. Los alimentos emiten unos 25 millones toneladas de gases de efecto invernadero. También conduce a pérdidas económicas.

Los ministros de alimentos pueden reducir las áreas de esas herramientas desperdiciadas y donar los excedentes comestibles, patatas, zanahorias, alcornoques, etc. Hay muchas formas de no tirar comida a la basura y como reducirlos y reducir los alimentos. Pueden ser cambios más saludables, utilizar métodos mejores para almacenar y reducir.

Dr. S. Quasimodo Florida

# QUEJEN DESPERDICA COMIDA DESPERDICA VIDA

SAPER (e) CONSUMARE



# potato peel chips!

this recipe is well known in the UK, but, in Italy some people cook it too!

It is made with leftover potatoes  
**HERE'S HOW TO GET ORIGINAL NOT FRIED CHIPS!!**

## INGREDIENTS

- potatoes
- salt
- pepper

preparation time: 10 min  
cooking time: 20-25 min

## METHOD

wash some potatoes peels then put them in a tray covered in baking paper and, on top of them, add a little bit of salt and pepper. Cook them for 20-25 minutes (It depends on how crunchy you want them) and...

# ENJOY YOUR CHIPS!

Regina Gaia Miriam

e

Giovanna Carnevale

3°B

## CHOCOLATE BALLS

### INGREDIENTS:

- 500g OF COOKIES
- 20ml OF MILK
- 30g OF CHOCOLATE
- 10g OF COCOA

### METHOD:

CRUSH THE BISCUITS, POUR THE MILK, PUT THE COCOA, BREAK THE CHOCOLATE INTO SMALL PIECES WITH A KNIFE, MIX EVERYTHING, MAKE BALLS WITH YOUR HANDS AND PUT IN THE FREEZER FOR 10 MINUTES



RECIPES FOR NOT WASTE FOOD



I.C. S. QUASIMODO  
3 B

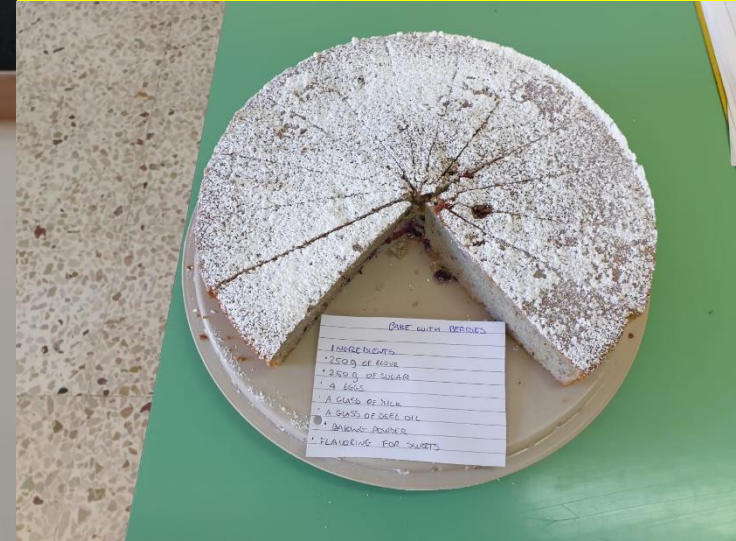




Sric824002 – IV I.C. “S. Quasimodo” Florida (SR) - **Attività in classe: diritti dei consumatori** – evitare lo spreco alimentare - ricetta sul riuso degli avanzi in lingua inglese

DIRITTI DEI CONSUMATORI

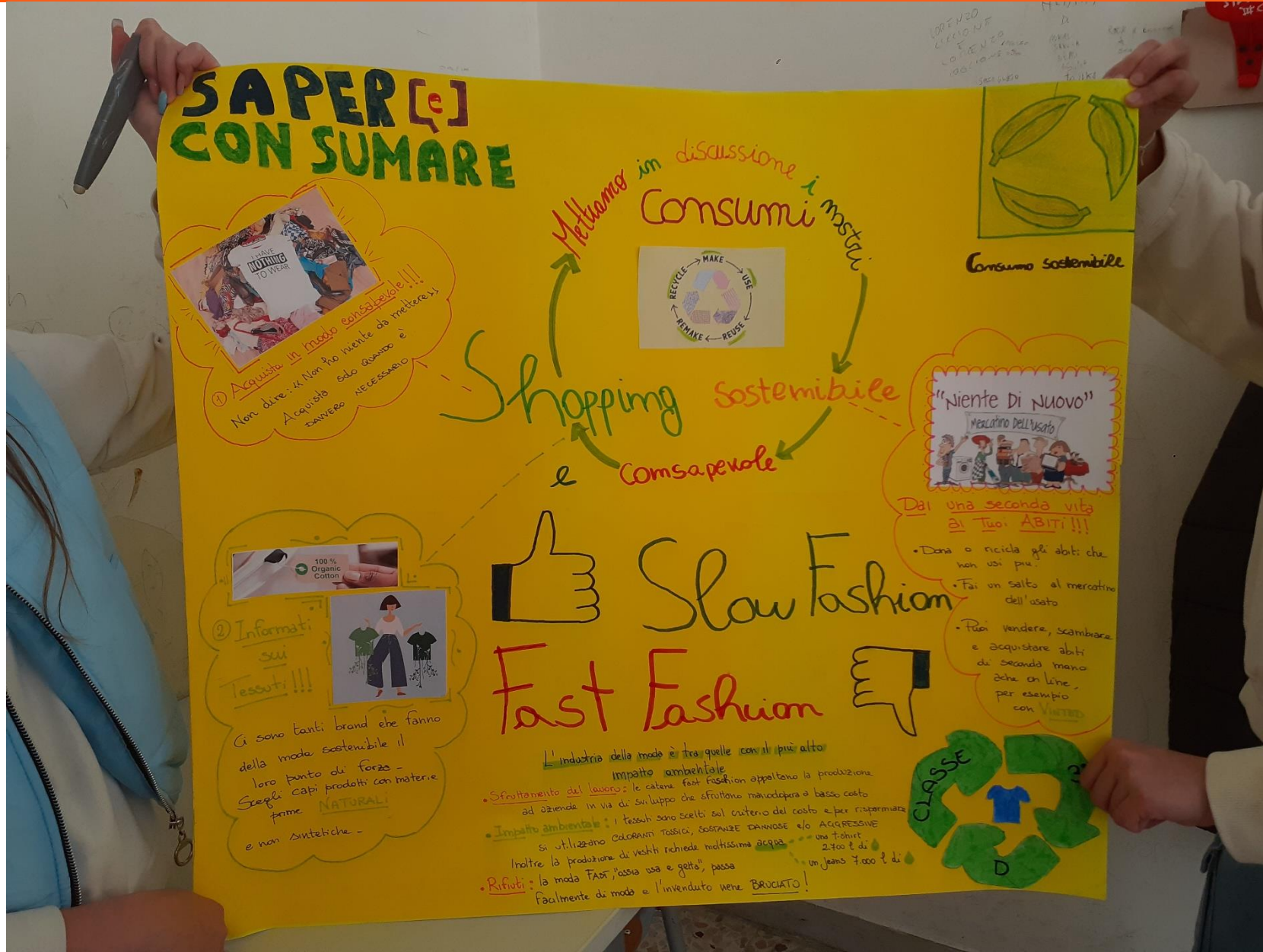
SAPER (e) CONSUMARE





DIRITTI DEI CONSUMATORI

SAPER (e) CONSUMARE



# SAPER (e) CONSUMARE

**1) Acquisti in modo consapevole!!!**  
Non dire: «Non ho niente da mettere!»  
Acquisti solo quando è davvero necessario

**2) Informati sui Tessuti!!!**  
Ci sono tanti brand che fanno della moda sostenibile il loro punto di forza - Scegli capi prodotti con materie prime **NATURALI** e non sintetiche -

Mettiamo in discussione i nostri Consumi



Consumo sostenibile

## Shopping Sostenibile e Consapevole

**"Niente di Nuovo" Mercato dell'usato**

- Dai una seconda vita ai tuoi **ABITI!!!**
- Dona o ricicla gli abiti che non usi più.
- Fai un salto al mercatino dell'usato
- Puoi vendere, scambiare e acquistare abiti di seconda mano che in linea, per esempio con **VINTAGE**.

## Slow Fashion

## Fast Fashion

- **Sfruttamento del lavoro:** le catene fast fashion appaltano la produzione ad aziende in via di sviluppo che sfruttano manodopera a basso costo
- **Impatto ambientale:** i tessuti sono scelti sul criterio del costo e per risparmiare si utilizzano coloranti tossici, sostanze dannose e **ACQUA AGGRESSIVA**. Inoltre la produzione di vestiti richiede moltissima acqua: una t-shirt 2-300 l di acqua, un jeans 7.000 l di acqua.
- **Rifiuti:** la moda Fast, "usa e getta", passa facilmente di moda e l'inventario viene **BRUCIATO!**







**EDUCAZIONE CIVICA** → **SAPER (e) CONSUMARE**

**TEMA** →  **DIRITTI DEI CONSUMATORI**

**SAPER LEGGERE LE ETICHETTE**

Può essere fuorviante, mentre la denominazione è sempre chiara. **NO ME COMMERCE**

Per consentire una conservazione adeguata prima e dopo l'apertura. **CONDIZIONI DI CONSERVAZIONE**

Da consumarsi entro e non oltre la data oltre la quale non è idoneo al consumo. **DATA DI SCADENZA**

Preferibilmente entro e non oltre la data di scadenza, superato la quale la data può essere comunque. **TERMINI MINIMI DI CONSERVAZIONE**

Per usare l'alimento in maniera adeguata. **ISTRUZIONI PER L'USO**

**ACQUA nevea** **ACQUA nevea** **ACQUA nevea**

**OPERATORE DEL SETTORE** Prodotto e confezionato da indica il nome del produttore responsabile delle informazioni dell'etichetta.

**PAESE DI ORIGINE** Indica da dove proviene la materia prima utilizzata.

**CHOISCE LA NATURA DELL'ALIMENTO.** **DEMINAZIONE NELL'ALIMENTO**

Da il valore energetico dell'alimento e la ripartizione di: carboidrati, proteine, grassi, fibre, vitamine, sodio.

**DICHIARAZIONE NUTRIZIONALE**

**INGREDIENTI** Gli ingredienti devono essere indicati in ordine decrescente di peso.

Se trovi un ingrediente scritto in grassetto attenzione è un allergene. Gli additivi svolgono funzioni tecnologiche come colorare, dolcificare, conservare. Sono indicati con la lettera ed un numero di tre cifre E5.E330 (acido ciccico).

**EDUCAZIONE CIVICA**

**SAPER (e) CONSUMARE** → 

**DIRITTI DEI CONSUMATORI** **SAPER LEGGERE LE ETICHETTE**

**RUMMO** **RUMMO** **RUMMO** **RUMMO**

Diagram showing product labels and handwritten notes about ingredients and nutritional information.

**EDUCAZIONE CIVICA** → **SAPER (e) CONSUMARE**

**TEMA: DIRITTI DEI CONSUMATORI**

**SAPER LEGGERE LE ETICHETTE**


**Acquafredda** **Acquafredda**

**Acquafredda** **Acquafredda**

Diagram showing product labels and handwritten notes.



**EDUCAZIONE CIVICA** → **SAPER (e) CONSUMARE**

**TEMA**  **DIRITTI DEI CONSUMATORI**

**Saper leggere le etichette**

È LA CARTA DI IDENTITÀ DEL PRODOTTO

**PERMETTE DI FARE SCELTE SANE E CONSAPEVOLI.**

**ESTATE** **ESTATE** **ESTATE**





DIRITTI DEI CONSUMATORI

SAPER (e) CONSUMARE

# EDUCAZIONE CIVICA → SAPER (e) CONSUMARE

**TEMA: DIRITTI DI CONSUMATORI → SAPER LEGGERE LE ETICHETTE**

L'Etichetta è la carta d'identità dell'alimento, permette di fare scelte **SANE e CONSAPEVOLI**

PER CONSENTIRE UNA CONSERVAZIONE ADEGUATA PRIMA E DOPO L'AFFETTURA

CONDIZIONI DI CONSERVAZIONE

DA CONSUMARE ENTRO E NON OLTRE LA DATA, PIÙ IDONEO AL CONSUMO

DATA DI SCADENZA

PREFERIBILMENTE ENTRO: NON È LA DATA DI SCADENZA, SUPERATA DA POCO LA DATA, PUÒ ESSERE CONSUMATO

TERMINO VANTO DI CONSERVAZIONE (TMC)

PER USARE L'ALIMENTO IN MANIERA ADEGUATA

ISTRUZIONI PER L'USO

PRODOTTO E CONFEZIONATO DA: INDICA IL NOME DEL PRODUTTORE, RESPONSABILE DELLE INFORMAZIONI DELL'ETICHETTA

OPERATORI DEL SETTORE

NOME COMMERCIALE: **MOLINETTI**

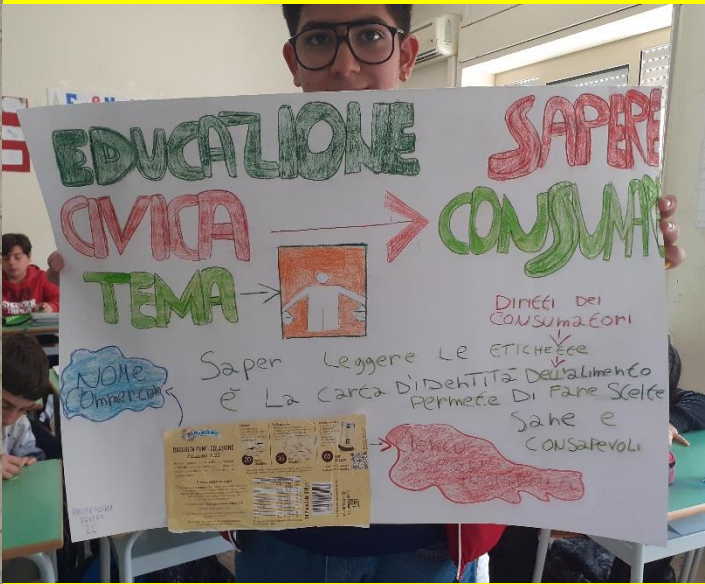
DESCRIZIONE DELL'ALIMENTO: **CHIRISSEE LA NATURA DELL'ALIMENTO ES. BLOCHE DI PASTA FROLLA**

DESCRIZIONE NUTRIZIONALE: **DA IL VALORE ENERGETICO DELL'ALIMENTO E LA RIPARTIZIONE DI CARBOIDRATI, PROTEINE, GRASSI, FIBRE, VITAMINE, SODIO.**

INGREDIENTI: **GLI INGREDIENTI DEVONO ESSERE INDICATI IN ORDINE DECRESCENTE DI PESO SE TRONNI UN INGREDIENTE SOTTO IN GRASSETTO, ATTEZIONE E UN ALLERGENE**

GLI ABBINI SVOLGONO FUNZIONI TECNOLOGICHE COME COLLEGARE, BOLLIFICARE, CONSERVARE. SONO INDICATI CON LA LETTERE E ED UN NUMERO DI TRE CIFRE, ES. E330 (ARZO ORO)

PRESE DI ORIGINE: **INDICA DA DOVE PROVIENE LA MATERIA PRIMA UTILIZZATA**

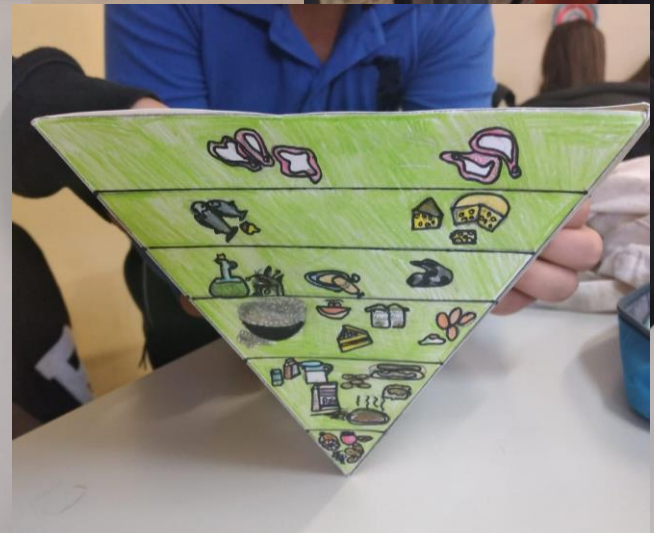
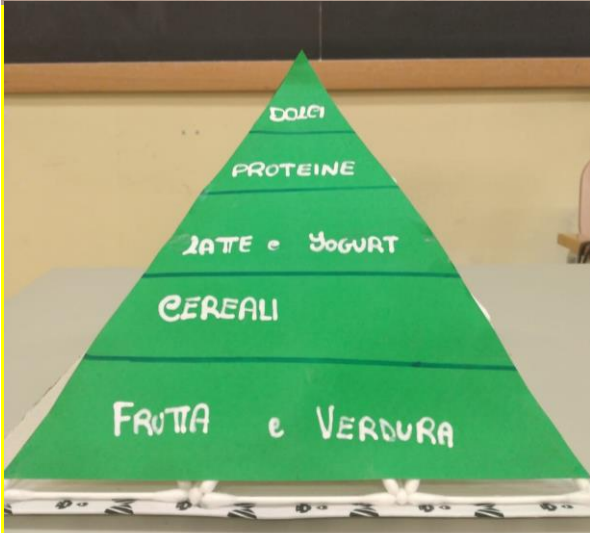
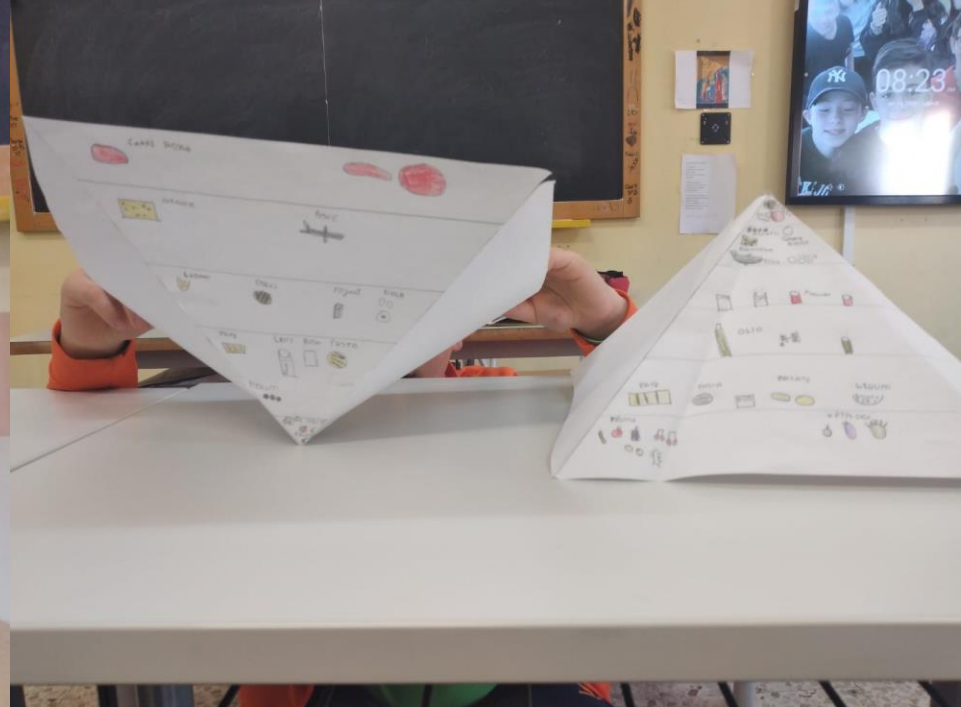




Sric824002 – IV I.C. “S. Quasimodo” Florida (SR) - **Attività in classe: diritti dei consumatori - impatto ambientale del cibo: **PIRAMIDE AMBIENTALE** e **PIRAMIDE ALIMENTARE** a confronto – Rapporto diretto tra cibo e ambiente!**

DIRITTI DEI CONSUMATORI

SAPER(e)  
CONSUMARE





# LA PIRAMIDE ALIMENTARE


Gli alimenti al vertice è bene mangiarli raramente

Quanti alimenti è bene mangiare per avere una dieta corretta?

in ogni gradino gli alimenti hanno proprietà nutrizionali simili

tra le varie piramidi c'è quella che segue la dieta alimentare

La piramide ambientale



La piramide alimentare

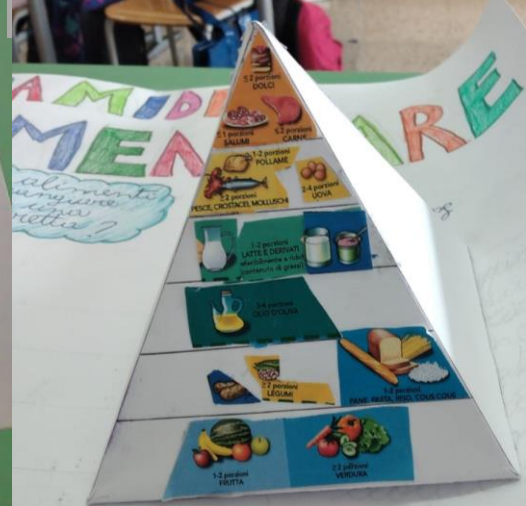
Gli alimenti posti alla base si dovrebbe mangiare più spesso

La piramide ambientale



La piramide alimentare







Sric824002 – IV I.C. “S. Quasimodo” Florida (SR) - **Attività in classe: diritti dei consumatori - impatto ambientale del cibo: **PIRAMIDE AMBIENTALE** e **PIRAMIDE ALIMENTARE** a confronto – Rapporto diretto tra cibo e ambiente!**

DIRITTI DEI CONSUMATORI

SAPER(e)  
CONSUMARE

