



UNC
CONSUMATORI.IT

Un Natale senza sprechi con LIFE-FOOD.WASTE.STAND.UP.

11 Dicembre 2018



Anche per questo **Natale 2018** ci sono tanti modi per trascorrere le festività in modo sostenibile, il che significa fare regali ecologici e rispettosi dell'ambiente e, soprattutto, **evitare sprechi a tavola**. Stando alle ultime previsioni di **Coldiretti**, per le feste ogni famiglia spenderà circa **541 euro**, il 3% in più rispetto allo scorso anno. Tra i settori che registrano la maggiore crescita sotto la spinta dei tradizionali pranzi di Natale e cenoni di fine anno, c'è il **settore alimentare (+3,8%)**. Il **26% del budget** complessivo sarà infatti destinato proprio all'**acquisto di cibo**. Il problema, però, è che buona parte di esso dalle tavole imbandite finirà dritto nella pattumiera senza venire nemmeno sfiorato.

La nuova survey del Progetto LIFE-FOOD.WASTE.STAND.UP.

Un modo per impedire che tutto questo cibo venga buttato c'è, e la prima cosa da fare è informarsi. È questo l'obiettivo del **Progetto LIFE-FOOD.WASTE.STAND.UP.**, cofinanziato dalla Commissione Europea nell'ambito del Programma per l'ambiente e l'azione per il clima (LIFE 2014 - 2020), e a cui partecipano tutti i soggetti della filiera dell'alimentazione: **Federalimentare** (capofila), **Unione Nazionale Consumatori**,

Federdistribuzione e Fondazione Banco Alimentare Onlus.

Per dare continuità al suo impegno il Progetto ha lanciato una **nuova survey** per “tastare il polso” dello spreco alimentare a livello nazionale. Nell’indagine viene chiesto agli italiani quante porzioni dei prodotti che acquistano **gettano nella pattumiera** in media ogni mese, a quanto ammonta la **quantità del cibo sprecato** rispetto a quello comprato, per quali motivi buttano il cibo, se lo buttano tutto nella spazzatura o se usano gli **avanzi** per dare da mangiare ai propri **animali domestici**, per fare il **compost** o per donarlo a chi ne ha **bisogno**.

Attraverso la survey i partner del Progetto cercano anche di capire se i consumatori conoscono realmente il significato delle diciture presenti sulle **etichette degli alimenti** (come ad esempio la classica formula “da consumare preferibilmente entro”) e se, quando pranzano o cenano fuori casa, sarebbero propensi a **portare a casa il cibo avanzato** nel piatto. Con queste semplici domande il Progetto punta far capire ai consumatori che, anche con piccoli gesti quotidiani, possono ridurre lo spreco di alimenti tra le mura domestiche e risparmiare sulla spesa.

Partecipa alla survey.

Non solo: per aiutare i consumatori a organizzare la spesa e monitorare lo stato dei prodotti alimentari contenuti in dispensa è disponibile l’**App Spesa Facile**, realizzata dall’Unione Nazionale Consumatori e scaricabile su [Apple store](#) e [Play store](#). Tutte le informazioni sul Progetto LIFE-FOOD.WASTE.STAND.UP. e sul nostro impegno per eliminare gli sprechi alimentari sono disponibili sul sito foodwaste.consumatori.it.

I nostri consigli per non sprecare cibo durante le feste natalizie

Sapevate che con alcuni accorgimenti, anche durante le festività natalizie, si può arrivare a risparmiare fino al 40% della spesa? Scegliendo con cura il canale di vendita, a seconda dei prodotti da acquistare, infatti, si possono contenere i costi senza rinunciare ad alcuna prelibatezza. Ecco alcuni importanti consigli da seguire:

- **Dove acquistare.** Scegliete con cura il canale di vendita: discount, supermercato, ipermercato, negozio, mercato. Non ce n’è uno che è sempre più vantaggioso rispetto all’altro, dipende dal tipo di prodotto (frutta, carne...) e dalle offerte in corso.
- **Non fermatevi al primo canale di vendita:** fate un giro prima di procedere all’acquisto per vedere se trovate offerte migliori altrove.
- **Meno etti.** Riducete i quantitativi. Comprate pure tutti i tipi di affettati che volete ma ricordatevi che deve durare al massimo fino a Santo Stefano, non fino all’Epifania. Idem per la frutta e tutto il resto.
- Andate con la **lista dettagliata della spesa** e obbligatevi a rispettarla. Avete tutto il tempo per prepararla senza scordare nulla e decidere i relativi quantitativi. Eviterete sprechi e acquisti inutili.
- **No alle primizie.** A Natale i negozi si riempiono dei frutti più strani e singolari che provengono da tutti i Paesi possibili e immaginabili, ma è sempre consigliato acquistare frutta e verdura di stagione.
- **Attenti alle scadenze.** A Natale si ha fretta di acquistare e, inevitabilmente, non si presta attenzione a molte cose, come la scadenza dei prodotti. Ricordatevi che il

passo dallo scaffale del supermercato alla spazzatura può essere breve, specie nel periodo natalizio. Attenti anche ai pacchi regalo, che possono contenere prodotti in scadenza.

- **Offerte sottocosto.** Specie nella grande distribuzione offrono alcuni prodotti sottocosto. Sono i cosiddetti prodotti “civetta”, fatti per attirarvi nel supermercato e poi vendervi anche tutto il resto. Approfittatene, ma attenti alle scadenze, potrebbero essere ravvicinate.
- **Offerte promozionali: 3×2, 2×1...** Alcune sono realmente vantaggiose, altre no. Verificate, quindi, con attenzione l’effettiva convenienza sia in termini di prezzo (è effettivamente più basso?) che di quantità (vi servono tre confezioni o ve ne basta una?).
- **Cesti natalizi.** I cesti gastronomici sono un regalo utile e gradito, ma fate attenzione: non sempre i prodotti offerti, poi, sono di qualità.
- Ci sono ottime marche di **spumanti italiani a prezzi ragionevoli**. Fatevi consigliare da qualche amico che se ne intende. È inoltre importante scegliere spumanti a fermentazione naturale in luogo di vini gassificati, ai quali viene aggiunta anidride carbonica al termine del processo di lavorazione proprio per permettere di stappare la bottiglia per il brindisi.
- **Infine, ricordatevi che anche durante questi tradizionali pranzi e cene** tradire le tradizioni prestando però, al contempo, un occhio di riguardo alla salute del pianeta. E allora meglio comprare prodotti locali e di stagione e, possibilmente, poca carne. Attenzione, poi, a ciò che portiamo a tavola: niente foie gras, caviale (a meno che non sia certificato MSC-Marine Stewardship Council), datteri di maree (la cui pesca è severamente vietata) aragoste, anguilla. No a stoviglie usa e getta, considerato che il packaging rappresenta il 60% dei rifiuti che produciamo e, una volta sparecchiata la tavola, fare sempre la raccolta differenziata. In generale, evitare di cucinare troppo: è proprio a casa, infatti, che si producono i 4/5 dello spreco di alimenti in Italia.

Autore: Rocco Bellantone

Data: 11 dicembre 2018