

## **“Attenti allo spreco”: 7 anni di attività**

## **“Be careful about waste”: 7 years of activities**

F. FIORETT<sup>1</sup>, E. MORETTO<sup>2</sup>,  
E. ALLOC<sup>3</sup>, A. CACCIATORE<sup>4</sup>

<sup>1</sup> SSD Veterinari area B ASL CN2

<sup>2</sup> SS Affari Generali ASL CN2

<sup>3</sup> SOC SIAN ASL CN2

<sup>4</sup> Veterinario

email: ffiorotto@aslcn2.it

**Riassunto:** Avviato nel 2018, il progetto “Attenti allo spreco!”, promosso dall’ASL CN2, si è articolato nel corso degli anni in una serie di interventi di sensibilizzazione finalizzati alla promozione di stili di vita sani e sostenibili nella popolazione del territorio di competenza. Attraverso l’utilizzo della strategia del marketing sociale, sono stati sviluppati percorsi formativi, attività di comunicazione e sensibilizzazione a più livelli, mirati a diffondere buone pratiche nella gestione, selezione e consumo degli alimenti, sia in ambito domestico che nella ristorazione collettiva. Le attività del gruppo di lavoro sono state realizzate in contesti diversificati, quali istituti scolastici di ogni ordine e grado, ambienti lavorativi e comunità locali.

**Abstract:** Started in 2018, the project “Be careful about waste!”, promoted by ASL CN2, has evolved over the years into a series of awareness initiatives aimed at promoting healthy and sustainable lifestyles among the local population. Through the use of social marketing strategies, training programs, communication, and awareness activities have been developed at multiple levels, aimed at disseminating best practices in food management, selection, and consumption, both at home and in catering. The working group’s activities have been carried out in diverse contexts, including schools of all levels, workplaces and local communities.

## Introduzione

Lo spreco alimentare è un problema dell'era moderna che interessa soprattutto i Paesi sviluppati di tutto il mondo.

Il benessere economico, associato alla maggiore possibilità di accesso al cibo, ha portato milioni di persone ad eccedere negli acquisti e a sovralimentarsi, comportando problemi legati a sovrappeso ed obesità, ma anche di consuetudini eticamente inaccettabili come quella di gettare nella pattumiera cibo ancora edibile. L'ultimo report dell'UNEP 2024 (UN Environment Program) riporta che sono stati prodotti in un anno a livello mondiale 1,05 miliardi di tonnellate di rifiuti alimentari (132 kg di cibo pro capite) pari 1/5 di tutto il cibo a disposizione. Lo spreco maggiore è avvenuto in ambito domestico risultando il 60% degli sprechi lungo tutta la filiera alimentare.

Nonostante il cibo venga sprecato su larga scala, oltre 780 milioni di persone soffrono di fame ogni anno e 150 milioni di bambini hanno ritardi nella crescita e nello sviluppo a causa di una carenza cronica di nutrienti essenziali nella loro dieta. Gli sprechi alimentari hanno ripercussioni negative non solo di tipo etico, sanitario ed economico, ma anche a livello ambientale. Nel sistema di produzione degli alimenti infatti, vengono utilizzate risorse materiali, energetiche e umane che hanno il loro costo, così come pure ha un costo lo smaltimento dei rifiuti. L'estensione di suolo agricolo necessario per produrre il cibo sprecato ogni anno nel mondo è pari a circa 1,4 miliardi di ettari, circa il 28% della superficie agricola disponibile a livello globale. Il quantitativo di acqua richiesto per produrre il cibo che viene sprecato ogni anno nel mondo è pari a circa 250.000 miliardi di litri. L'impatto ambientale dello spreco alimentare è anche diretta conseguenza delle immissioni di gas ad effetto serra nell'aria e del degrado del suolo. Lo spreco di cibo è responsabile del 8-10% delle emissioni di gas serra globali pari a circa 3 miliardi di tonnellate di anidride carbonica equivalente l'anno. Tale stima comprende tutti i processi della filiera agroalimentare che comportano emissioni inquinanti quali: la produzione agricola, il settore industriale della produzione di fertilizzanti, il trasporto, lo stoccaggio. Riguardo ai dati nazionali in base alle rilevazioni Waste Watcher relative all'anno 2024 lo spreco alimentare in Italia è risultato essere di 4,8 milioni di tonnellate per un valore di circa 13 miliardi di euro.

## Il Progetto ASL CN2 “Attenti allo Spreco!”

Dal 2018 in poi numerose e varie sono state le iniziative attuate con questo progetto. Attraverso il Patto di alleanza siglato con numerosi enti pubblici e privati si è creata una rete di soggetti che lavorano insieme contro lo spreco alimentare. Sono stati creati i loghi ufficiali, simboli del progetto, con il con-

tributo degli studenti del Liceo Artistico di Alba. I manifesti del logo “*Food*” di “*Attenti allo Spreco!*” sono stati affissi in tutti i Comuni del territorio ASL CN2. È stata organizzata una cena del recupero (“*Fatevi avanzi – La cena sostenibile*”) con gli studenti delle scuole alberghiere. L’evento, promosso dal Rotary di Alba – Bra – Canale – Roero in collaborazione con l’ASL CN2, è stato anche un’occasione per premiare i vincitori di un contest fotografico rivolto agli studenti delle scuole superiori del territorio: il cui obiettivo era di rappresentare attraverso le immagini situazioni di spreco alimentare. Presso la mensa ospedaliera di Verduno si è svolta una campagna di sensibilizzazione alla prevenzione degli sprechi alimentari rivolta agli operatori ed ai dipendenti, fruitori della mensa, con affissione di manifesti e tovagliette aventi i loghi del progetto e i dati ufficiali sullo spreco alimentare. Negli ultimi anni, il gruppo di lavoro del progetto ha proseguito in modo continuativo l’organizzazione di cicli di seminari rivolti sia al personale dell’ASL CN2 sia agli operatori sanitari afferenti ad altre aziende sanitarie piemontesi. Tali corsi, tutti accreditati nell’ambito della formazione ECM, si sono distinti per l’ampia e articolata proposta formativa dedicata alla prevenzione dello spreco alimentare e di altre risorse, resa possibile dalla multidisciplinarietà del gruppo di lavoro, che include professionisti quali medici, veterinari, biologi, dietisti ed esperti di comunicazione.

Nel biennio più recente, sono stati promossi dal gruppo di lavoro convegni tematici che hanno visto la partecipazione sia di relatori interni sia di esperti esterni appartenenti agli enti partner del Patto di Alleanza.

Tantissime sono state le lezioni svolte presso le scuole aderenti ai “*Progetti di promozione ed educazione alla salute per le scuole del territorio dell’ASL CN2*” che hanno visto la partecipazione di migliaia di studenti. Sono state interessate le scuole di tutti i gradi d’istruzione attraverso lezioni frontali ed attività di laboratorio finalizzate alla sensibilizzazione ed educazione all’alimentazione sostenibile. Un percorso formativo che si è rivelato di estrema importanza perché ha stimolato nelle nuove generazioni la crescita di una maggiore sensibilità ecologica.

Incontri sul progetto “*Attenti allo Spreco!*” sono stati tenuti anche presso le sedi Unitre dell’ArciBra e durante eventi presso associazioni culturali e manifestazioni scolastiche.

Per una più ampia diffusione delle tematiche relative allo spreco alimentare e alle soluzioni per prevenirlo e gestirlo è stata creata sul sito web dell’ASL CN2 una pagina dedicata al progetto “*Attenti allo Spreco!*”.

I contenuti (articoli, notizie, pdf delle relazioni dei corsi, consigli antispreco) vengono aggiornati con regolarità e messi a disposizione degli utenti.

## Gruppo di Lavoro

A supporto del progetto opera un gruppo di lavoro multidisciplinare, aggiornato nel 2024, formato dai seguenti professionisti: Francesca Fioretto, veterinaria del SSD Veterinario Area B, responsabile del progetto e coordinatrice del gruppo di lavoro; Laura Marinaro, medico specializzato in Igiene e Medicina Preventiva e Responsabile del SSD Epidemiologia, Promozione della Salute e Coordinamento Attività di Prevenzione; Daniela Alessi, biologo; Picciotto Giulia, medico specializzato in Scienze dell’Alimentazione, Patrizia Pelazza, collaboratore amministrativo - SSD Epidemiologia, Promozione della Salute e Coordinamento Attività di Prevenzione; Elisa Allocchio, Elena Kyoko Canova, Matteo Papurello, dietisti - SOC Igiene Alimenti e Nutrizione; Giuliana Chiesa, responsabile della Struttura Progetti Innovativi; Erica Moretto – Ufficio Stampa e Comunicazione Istituzionale ASL CN2; Alberto Cacciatore, veterinario libero professionista; Eleonora Tosco - Responsabile della Comunicazione del DORS-ASL TO3.

### Elaborati della prova *“Io non spreco perché...”* dei partecipanti al Convegno ASL CN2 «Prevenire lo spreco alimentare: un incrocio di azioni virtuose tra etica, educazione, solidarietà e salute» del 04.10.2024

In occasione del convegno **«Prevenire lo spreco alimentare: un incrocio di azioni virtuose tra etica, educazione, solidarietà e salute»**, tenutosi il 4 ottobre 2024, è stata proposta una breve prova scritta ai partecipanti, intitolata **“Io non spreco perché...”**, finalizzata a raccogliere riflessioni personali sul tema della prevenzione degli sprechi alimentari. L’attività si è svolta durante la fase di registrazione dei circa 100 partecipanti — operatori sanitari e non — provenienti da diverse ASL del Piemonte.

Le risposte sono state raccolte in forma anonima attraverso apposite schede e lette pubblicamente durante la parte conclusiva dell’evento, stimolando un confronto diretto con la platea.

L’analisi degli elaborati ha offerto uno spaccato significativo della sensibilità e consapevolezza dei partecipanti sul tema dello spreco alimentare. Le risposte, pur nella loro spontaneità, riflettono una visione complessa e articolata del problema, che intreccia dimensioni personali, educative, ambientali, sociali ed economiche. Questa prova ha confermato il valore delle metodologie partecipative anche in contesti formativi rivolti agli adulti, favorendo il coinvolgimento emotivo e la riflessione condivisa. Si ringraziano tutti i partecipanti per il proficuo riscontro e riportiamo alcuni contributi.

*“Io non spredo perché.....”:*

- Cerco di contribuire nel mio piccolo a limitare l'inquinamento globale ad esempio: riducendo il consumo di cibo ultra processato; comprando solo quello di cui ho bisogno; riutilizzando gli avanzi ogni volta che è possibile; facendo compostaggio; donando le eccedenze quando possibile. Io non spredo, perché sprecare non ha senso e recuperare è un bene per tutti.
- Prima di fare la spesa controllo ciò di cui ho bisogno programmando in precedenza ciò che desidero preparare nei giorni seguenti. I cibi con scadenza “preferibilmente entro” vengono consumati anche dopo tale giorno. Ogni 2/3 giorni faccio la spesa dei cibi freschi. I panini ed il pane li congelo e scongelo all'occorrenza. Nonostante tutto a volte qualcosa va sprecato.
- Quando vado al supermercato cerco anche i prodotti a breve scadenza. Quando avanzo del cibo lo dò agli animali (cane, gatto) e cucino sovente torte salate e frittate per svuotare il frigo.
- Perché spacie. Spacie perché significa che compro di più di quello che mi serve. Che non penso al valore che ha il cibo. Per chi lo ha prodotto, per quante risorse sono state usate: acqua, lavoro, energia...
- Per rispetto verso il cibo e pensando a tanti poveri che avrebbero mangiato volentieri quello che io sto per buttare.
- Sono molto attenta allo spredo per un'attitudine personale data dall'educazione avuta fin da bambina in una famiglia numerosa e contadina dove era vietato buttare il cibo. Ora sto attenta allo spredo per un motivo anche economico.
- Non spredo perché fin da bambino i miei genitori mi hanno insegnato a rispettare il cibo e a rispettare l'ambiente (persone, animali, cose). Rispetto che si è fortificato da adulto con conoscenza di tutto il lavoro e le risorse che ci sono dietro al cibo. E sono fiducioso che il comportamento di un singolo possa influire su un piano più ampio.
- Mi sento in colpa perché c'è gente che non ha cibo e non sprecare mi fa stare bene. Perché sprecare è un costo personale e per la società. Perché è un danno per l'ambiente. Non spredo perché mi piace pensare di fare qualcosa di buono per il mio nipotino e in genere per chi vivrà il territorio dopo di me.
- Non mi piace buttare il cibo perché penso sempre a chi purtroppo non ha da mangiare. Faccio la lista della spesa e controllo sempre le scadenze dei cibi dando la priorità in cucina a quelli che scadono prima e acquisto cibo di stagione. Amo cucinare in modo semplice e riesco quasi sempre

a inventare nuovi piatti con quello che avanza nel frigo o in dispensa, dalla torta salata al dolce. Penso all'ambiente e a quanto l'uomo lo stia sovraccaricando di rifiuti e cerco quindi di fare la mia parte per un futuro migliore.

- Credo che nessuno possa rispondere a questa domanda perché tutti spreciamo. Possiamo però rispondere alla domanda: "io non spengo quando?". Nel mio caso non spengo quando compro solo le cose che so che mangerò nelle quantità che mi sembrano più adeguate. Quando scelgo una dieta vegetariana sperando che questo dia un piccolo contributo. Ricordo l'esempio che mi è stato dato dal mio nucleo familiare, consapevole di ciò che c'è dietro alla produzione dei prodotti alimentari in termini di lavoro, impegno e dedizione.
- Perché come ospite di questa terra ho il dovere, diritto e piacere di contribuire a salvaguardare le risorse che il pianeta generosamente ci mette a disposizione. Perché io sto bene se il pianeta sta bene!
- Per rispetto all'umanità intera. Per educarmi alla essenzialità. Per apprezzare la qualità anziché la quantità.
- Rappresenta la prima norma in materia di economia tale da combinare impatto ambientale con quello economico e sociale. Io recupero il cibo stando attenta alla conservazione. Non cucino cibo in eccesso. Consumo quello che sta per scadere. Riutilizzo gli avanzi e condivido con altri quello che non posso consumare.
- Perché ho a cuore la natura, le persone e il mondo. Desidero fortemente l'equa distribuzione dei beni. Nella mia famiglia non si doveva sprecare, avevamo poco. I miei genitori ed i miei docenti me lo hanno insegnato ed io l'ho imparato con piacere e continuo a trasmettere agli altri quell'insegnamento. Condivido, riciclo e acquisto spesso prodotti in scadenza che costano meno e sono buoni ugualmente. Rispetto l'acqua che è un bene prezioso.
- Ho imparato dopo due anni che vivo da solo ad utilizzare le giuste dosi e giuste porzioni. Ho imparato ad utilizzare materie prime alimentari e ad elaborare più tecniche di cucina. Ciò mi ha insegnato, essendo infermiera, a valutare e gestire le diete e i regimi alimentari dei pazienti in base alle loro patologie, religioni, culture, intolleranze ed allergie.
- "Sprecare è peccato!" - lo ripeteva spesso mia nonna. Non sprecare è educazione, esempio, cultura che se accompagna la crescita di ogni individuo fin da bambino, in famiglia, a scuola e nei vari ambiti, di pari passo accompagna anche la crescita della coscienza sociale. Si diventa responsabili delle necessità degli altri e non solo di noi stessi. Il fatto di possedere più di quello che ci serve ci ha portati a non dare valore ai beni di cui ci

serviamo. Sicuramente in tempi di ristrettezze ritorna l'attenzione allo spreco con più urgenza.

- Io non spreco perché...amo la vita!

### Disegni delle classi di bambini partecipanti alle lezioni del progetto “Attenti allo Spreco!” del catalogo scuole ASL CN2

Di seguito una selezione dei disegni realizzati spontaneamente dai bambini delle scuole primarie aderenti al progetto “Attenti allo Spreco!” del Catalogo Scuole ASL CN2. Si ringraziano tutti gli studenti che hanno partecipato con entusiasmo alle lezioni contribuendo con la loro fantasia e sensibilità alla realizzazione degli elaborati. Si ringraziano inoltre i loro docenti per aver fatto da tramite e partecipato in modo collaborativo alle lezioni.





### Il ruolo della comunicazione come leva di cambiamento culturale

Il ruolo della comunicazione ha rappresentato un elemento trasversale e strategico all'interno del progetto, sia come strumento di promozione delle attività, sia come leva culturale per la diffusione di valori etici e sociali legati alla prevenzione dello spreco. La comunicazione è stata concepita non solo come mezzo informativo, ma come volano per il rafforzamento di una cultura della responsabilità, della solidarietà e della sostenibilità. In questo senso, è stata integrata all'interno degli interventi formativi e di sensibilizzazione una specifica sezione dedicata a "Media e comunicazione orientati alla riduzione degli sprechi", con l'obiettivo di fornire ai cittadini strumenti pratici e digitali per supportare comportamenti consapevoli. Le lezioni hanno incluso l'analisi e la selezione di fonti attendibili sul web, l'utilizzo di applicazioni mobili per la gestione delle scorte alimentari domestiche,

il monitoraggio delle scadenze, la condivisione delle eccedenze e l'accesso a reti solidali locali. Questa componente ha contribuito a consolidare la centralità della comunicazione come risorsa educativa e moltiplicatrice di buone pratiche.

## Conclusioni

Lo spreco alimentare rappresenta una problematica complessa e multidimensionale, che coinvolge ambiti strettamente interconnessi tra loro: ambientale, sanitario, culturale, sociale ed etico. L'impatto che ne deriva non può essere sottovalutato, in quanto riflette squilibri profondi nei modelli di produzione e consumo, con conseguenze che interessano tanto l'equità globale quanto la sostenibilità locale. Al di là di ogni retorica, lo spreco alimentare costituisce una criticità concreta e urgente, che impone un ripensamento collettivo delle nostre abitudini e delle responsabilità individuali e istituzionali. In tale contesto, appare evidente la necessità di una sinergia strutturata tra soggetti pubblici e privati, enti del terzo settore, cittadini e comunità educanti. Il progetto **“Attenti allo spreco!”**, promosso dall'ASL CN2, si inserisce in questa prospettiva come modello di intervento integrato, orientato a promuovere un cambiamento culturale nei confronti del cibo, valorizzandone la dimensione etica, ambientale e solidale. Rivolto all'intera popolazione del territorio, con particolare attenzione alle nuove generazioni, il progetto ha consolidato negli anni un approccio partecipativo, inclusivo e in continua evoluzione. A distanza di sette anni dal suo avvio, **“Attenti allo spreco!”** si configura ancora oggi come un cantiere aperto, un laboratorio dinamico in cui idee, competenze e pratiche possono confluire in un processo condiviso di responsabilizzazione e innovazione sociale.

Per approfondimenti si rimanda alla pagina web del progetto sul sito internet dell'ASL CN2 al seguente link <https://www.aslcn2.it/prevenzione/promozione-ed-educazione-alla-salute/food-attenti-allo-spreco/>

## Bibliografia di riferimento

- “Il libro nero dello spreco in Italia: il cibo” - Segrè, Falasconi - Ed. Ambiente - 2011  
<https://www.unep.org/resources/annual-report-2024>  
<https://www.sprecozero.it/>  
<https://www.regione.piemonte.it/web/temi/sanita/prevenzione/prevenzione-dello-spreco-alimentare>  
<https://www.aslcn2.it/prevenzione/promozione-ed-educazione-alla-salute/food-attenti-allo-spreco/>