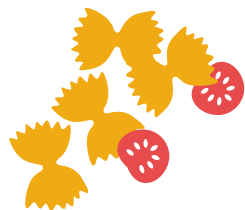


IN UN ANNO, OGNI ITALIANO
GETTA NELL'IMMONDIZIA
36 KG DI CIBO ANCORA
COMESTIBILE*:
**PROVIAMO A CAMBIARE
STILE DI VITA,
PER SPRECARE MENO CIBO!**

Nel nostro territorio alcuni locali aderiscono
al progetto "Cibiltà" e mettono a
disposizione dei clienti la family bag per
portare a casa gli avanzi del pasto.

**Cerca i locali che espongono il logo
"Cibiltà" e chiedi anche tu la family bag...**



... fai bene
al mondo perché
**NON SPRECHI
CIBO ANCORA
COMESTIBILE**



... fai bene
all'ambiente perché
**RIDUCI IL RIFIUTO
UMIDO PRODOTTO**



... fai bene ai locali
del nostro territorio
perché **DIMOSTRI
DI APPREZZARE
I PIATTI CHE TI
PROPONGONO**

*Fonte Ministero dell'Ambiente (febbraio 2018)



www.comune.roccapriora.roma.it



Città metropolitana
di Roma Capitale

www.cittametropolitanaroma.gov.it



Comune di
Rocca Priora



ASSESSORATO
ALLE POLITICHE
AMBIENTALI
Comune di Rocca Priora



Acquisito con il contributo della Regione Lazio
REGIONE
LAZIO

Stampato su carta riciclata

www.achabgroup.it

cibiltà



A ROCCA PRIORA
IL RISPETTO DEL CIBO È DI CASA!

Dieci regole per tanti vantaggi

01



Valuta il più possibile il quantitativo di cibo che può essere realmente consumato in un pasto medio e aiutati con la lista della spesa: potrà essere utile per evitare avanzi (e i conseguenti sprechi).

02



Quando fai la spesa, **controlla la scadenza dei prodotti**, pensando a quando utilizzarli, perché il mancato consumo si traduce automaticamente in uno spreco.

03



Fai attenzione alle etichette: scegli prodotti che riportano informazioni su tecnologie o ingredienti che aiutano a limitare lo spreco alimentare. Il latte ad esempio può essere sottoposto a processi (come la pastorizzazione ESL, Extended Shelf Life, o la microfiltrazione) che ne mantengono inalterate tutte le proprietà estendendone notevolmente la 'vita sullo scaffale'; alcuni prodotti come biscotti, grissini, fette biscottate vengono arricchiti con aromi di origine vegetale estratti con processi sostenibili che prevengono l'irrancidimento in modo naturale e sicuro.

04



Cerca di scegliere prodotti con indicazioni chiare su come riciclare la confezione: così contribuirai a ridurre la quantità di indifferenziata nell'immondizia.

05



Preferisci il biologico, in quanto l'agricoltura bio riduce i consumi energetici di agricoltura e industria alimentare di almeno il 25%, consente di ridurre le emissioni di CO₂ e non inquina le falde acquifere perché non impiega fertilizzanti e fitosanitari di sintesi.

06



Nel preparare le vivande con alcuni semplici accorgimenti **puoi migliorare la conservazione dei cibi:** ad esempio, insalate o verdure vanno condite solo al momento di servirle: così si mantengono più a lungo e possono essere consumate in pasti successivi.

07



Crea nuove pietanze utilizzando gli avanzi di cucina, con fantasia e creatività.

08



In occasione di feste e ricevimenti, valuta se gli avanzi possono essere consumati a breve e invita gli ospiti a portare con loro parte di quello che è avanzato.

09



Informati sui programmi contro lo spreco alimentare della tua città, oppure organizzati per donare il surplus alimentare alle associazioni che raccolgono gli avanzi di cibo 'buono' e lo redistribuiscono a chi ne ha bisogno.

10



Metti gli avanzi di cibo (insieme agli shopper in bioplastica biodegradabile e compostabile) nella raccolta dell'umido: si trasformeranno in ottimo compost. La corretta differenziazione degli scarti alimentari ed organici consente un notevole risparmio sui costi di smaltimento: ogni tonnellata di frazione organica in impianto costa alla comunità circa 200 euro, cioè il 50% delle spese totali per la gestione dei rifiuti.