



Evita gli sprechi!

Ogni anno nei paesi Occidentali si buttano centinaia di milioni di tonnellate di cibo ancora impacchettato.

Eppure, una persona su nove nel mondo, cioè circa 795 milioni di persone, vive in condizioni di denutrizione.

L'obiettivo 2 dell'Agenda 2030 è proprio dedicato a questo: porre fine alla fame, raggiungere la sicurezza alimentare, migliorare la nutrizione e promuovere un'agricoltura sostenibile.

Quante volte è capitato anche alla tua famiglia di trovare nel frigorifero o in dispensa qualcosa di scaduto?

L'ideale sarebbe fare la spesa più spesso, comprando ogni volta solo quanto necessario: in questo modo si potrebbero evitare gli sprechi. Quando questo non è possibile, allora è bene gestire gli acquisti in modo intelligente non accumulando cibo in eccesso.

Ricorda alla tua famiglia di scegliere frutta e verdura di stagione: i prodotti non stagionali, infatti, devono spesso fare lunghi viaggi da paesi lontani per arrivare sulle nostre tavole.

Inoltre, ricorda che, oltre alla denutrizione, anche uno stato di malnutrizione può impedire all'organismo di rispondere in modo efficiente alle malattie: ecco perché, anche per difendersi dai rischi collegati al COVID-19, è fondamentale prestare attenzione al nostro regime alimentare in modo che sia il più possibile sano, equilibrato e variegato.

Gli sprechi da evitare non riguardano solo il cibo; anche la carta, per esempio, è un materiale d'uso quotidiano che potresti rendere più sostenibile: se ti servono fogli "di brutta", utilizza il retro di pagine già scritte o i fogli bianchi di vecchi quaderni che non utilizzi più. Il fabbisogno di materia prima per l'industria cartaria non è oggi il principale responsabile della deforestazione ma utilizzare la carta in modo intelligente è un comportamento virtuoso che alleggerirà il nostro "peso" sul Pianeta.



Photogallery



Evita gli sprechi!