

I SABATI DELLA PREVENZIONE
(Appuntamento settimanale con approfondimenti e notizie sulla salute)

Torino, 31 gennaio 2026

**5 FEBBRAIO 2026: 13ª GIORNATA NAZIONALE DI PREVENZIONE
DELLO SPRECO ALIMENTARE**

Durante l'anno al via la campagna regionale "Diamo valore al cibo"

#2030Calling è il tema della tredicesima edizione della *Giornata nazionale di prevenzione dello spreco alimentare*, un'iniziativa nata nel 2014 a partire dalla campagna di sensibilizzazione per l'economia circolare e lo sviluppo sostenibile Spreco Zero di Last Minute Market, fondata dall'economista Andrea Segrè, in collaborazione con il Ministero dell'Ambiente e il patrocinio di istituzioni internazionali e RAI per il Sociale.

L'obiettivo è quello di sensibilizzare sulla necessità di una trasformazione strutturale e duratura dei comportamenti, un percorso concreto verso gli Obiettivi dell'Agenda delle Nazioni Unite 2030: la riduzione del 50% dei 737,4 grammi di spreco registrati al momento dell'adozione dell'Agenda.

Oltre a numerose iniziative a livello locale e nazionale, la campagna "Spreco zero" mette a disposizione lo Sprecometro, un'applicazione gratuita che permette di monitorare gli sprechi domestici e fornisce informazioni sulle iniziative antispreco.

I numeri dello spreco

Ogni anno nel mondo si spreca oltre un miliardo di tonnellate di cibo, l'equivalente di un terzo della produzione alimentare globale. In Italia ogni settimana vengono sprecati mediamente 555,8 grammi a testa di cibo, con differenze geografiche: dai 490,6 grammi delle regioni del Centro ai 628,6 grammi di quelle del Sud.

Cosa possiamo fare

È necessario non solo favorire una cultura "antispreco", ma promuovere uno stile di vita etico e rispettoso della salute umana, animale e della sostenibilità ambientale, secondo l'approccio One Health. Quando si butta il cibo, infatti, finiscono nella spazzatura anche le risorse che sono servite a produrlo, trasformarlo e trasportarlo.

Adottare alcuni cambiamenti nelle abitudini quotidiane può avere un grande impatto sulla sostenibilità ambientale:

- pianificare i pasti settimanali;
- verificare le scorte prima di fare la spesa;
- scrivere una lista della spesa per comprare solo ciò che serve e prestare attenzione alla sostenibilità del prodotto che stiamo acquistando, compreso il packaging;
- congelare ciò che si è cucinato in più o che è rimasto in frigo a causa di una modifica del menu;
- utilizzare gli avanzi per creare il compost;
- anche l'acqua potabile è una risorsa da non sprecare: se possibile, bere l'acqua del rubinetto e anche fuori casa prediligere l'impiego di contenitori riutilizzabili.

Le iniziative in Piemonte

L'informazione, la diffusione di una cultura del consumo sostenibile e l'educazione a un acquisto consapevole e a una corretta conservazione degli alimenti hanno un ruolo fondamentale nel far acquisire al consumatore un'abitudine alimentare più sana.

La Regione Piemonte, con il programma “Alimenti e salute” del Piano Regionale di Prevenzione, ha puntato molto non solo sulla promozione di una sana alimentazione, ma anche sulla lotta allo spreco alimentare. In quest’ottica, nel 2025 è stato realizzato un censimento sulla ristorazione scolastica (rivolto a scuole e Comuni) dal quale è emerso che, per il 95% dei rispondenti, i piatti che avanzano di più sono verdura, legumi e pesce: tutti alimenti protettivi e tipici dell’alimentazione mediterranea che si dovrebbe promuovere.

Le più recenti linee guida regionali sulla ristorazione scolastica promuovono la riduzione degli sprechi dando precise indicazioni per la corretta porzionatura dei piatti serviti ai bambini nelle mense scolastiche, in base alle fasce d’età, ed è prevista la verifica a campione da parte delle ASL.

Anche la pausa pranzo dei lavoratori è un’occasione per ridurre gli sprechi: “Il baracchino perfetto” è uno strumento di comunicazione con spunti utili per un pasto sano fuori casa e per prevenire lo spreco degli alimenti.

Il tema dello spreco alimentare è inoltre al centro di alcuni dei progetti premiati il 27 novembre 2025 nell’ambito del contest “Raccontami l’equità. Azioni, interventi e progetti per contrastare le disuguaglianze”, iniziativa promossa dal Piano Regionale di Prevenzione.

Tra i temi più ricorrenti dei video presentati spicca il sostegno alle persone in situazioni di fragilità e povertà, attraverso il recupero delle eccedenze del territorio, ad esempio la raccolta dell’inventario dei mercati rionali da parte di operatori e volontari e la redistribuzione alle famiglie segnalate dai servizi sociali o tramite gli empori solidali.

Nella seconda metà del 2026, infine, prenderà il via la campagna regionale “Diamo valore al cibo. Una buona occasione per non sprecare” con l’obiettivo di sensibilizzare contro lo spreco e a favore della sostenibilità alimentare. I ristoratori saranno protagonisti di azioni concrete anti-spreco per sensibilizzare i consumatori sulla necessità di contrastare lo spreco e orientare i consumi alimentari verso la sostenibilità. Saranno coinvolti in via sperimentale circa 50 ristoranti delle province di Torino e Cuneo.

La campagna nasce da una costola del progetto “Una buona occasione”, nato ormai 10 anni fa, con un sito dedicato con contenuti tradotti in quattro lingue, oggetto di un corposo restyling e che sarà a breve nuovamente on line.

Nell’ambito della campagna sarà rilanciata l’app “Una buona occasione” (UBO app), strumento che offre consigli su come e dove conservare gli alimenti, sulle porzioni raccomandate, il riutilizzo di avanzi e scarti e la stagionalità di frutta e verdura. L’app, ideata da Regione Piemonte e implementata con la collaborazione dell’Istituto Zooprofilattico Sperimentale e del Laboratorio Chimico della Camera di Commercio di Torino, è scaricabile gratuitamente dagli store dei propri telefoni.

Link

<https://www.regione.piemonte.it/web/temi/sanita/prevenzione/prevenzione-dello-spreco-alimentare>
<https://www.regione.piemonte.it/web/temi/sanita/veterinaria-salute-alimentare/alimentazione-salute>
<https://www.dors.it/2025/12/i-vincitori-del-video-contest-raccontami-lequita-azioni-interventi-e-progetti-per-contrastare-le-disuguaglianze/>