

5 FEBBRAIO 2026

GIORNATA NAZIONALE SULLO SPRECO ALIMENTARE

**Obiettivo 2030:***ridurre i rifiuti a livello europeo*

Ridurre lo spreco alimentare significa promuovere stili di vita più sani, sostenibili ed equi, in linea con gli obiettivi di salute pubblica e di prevenzione.

1 SPRECO ALIMENTARE E SALUTE

Lo spreco alimentare è un problema sanitario, perché una cattiva gestione del cibo favorisce abitudini alimentari non sane e fa perdere il valore educativo del pasto.

Cosa fare:

- Pianificare i pasti settimanali per evitare acquisti inutili
- Porzioni adeguate ai reali fabbisogni
- Conservare gli alimenti per mantenerne qualità e sicurezza

2 IMPATTO AMBIENTALE E BENESSERE COLLETTIVO

Secondo l'approccio "One Health" lo spreco alimentare ha un forte impatto ambientale, perché comporta un inutile consumo di risorse e maggiori emissioni, con effetti negativi sulla salute.

Cosa fare:

- Scegliere prodotti stagionali e locali
- Ridurre l'uso di imballaggi
- Riutilizzare gli avanzi per nuovi pasti

3 PROMOZIONE DI UNA SANA ALIMENTAZIONE

La promozione di una sana alimentazione, nelle scuole e sul territorio, è uno strumento importante per la salute.

Cosa fare:

- Involgere bambini e ragazzi nella preparazione dei pasti
- Insegnare a leggere le etichette
- Valorizzare il pasto come momento educativo e di condivisione

