

SERR: Attività su spreco alimentare per bambini e ragazzi

Introduzione

La Settimana Europea per la Riduzione dei Rifiuti (SERR), è un'iniziativa annuale che si svolge a livello europeo per sensibilizzare cittadini, istituzioni e aziende sull'importanza di ridurre i rifiuti e promuovere pratiche sostenibili. Durante questa settimana, vengono organizzate attività, eventi e campagne educative in vari paesi per mostrare come piccoli cambiamenti nelle nostre abitudini quotidiane possano avere un grande impatto sull'ambiente.

L'obiettivo principale della SERR è far conoscere a tutti l'importanza delle "3R": Ridurre, Riutilizzare, Riciclare. Questi tre principi aiutano a diminuire la quantità di rifiuti prodotti e a preservare le risorse naturali.

Ogni anno, la SERR si concentra su un tema specifico legato alla riduzione dei rifiuti, come lo spreco alimentare, il riciclo dei materiali, o il riuso creativo degli oggetti. Partecipare alla SERR significa contribuire a costruire un futuro più sostenibile, imparando a usare meglio ciò che abbiamo e a sprecare meno.

Quest'anno la SERR è dedicata alla riduzione dello spreco alimentare.

Il Comune di Rivoli ha scelto di aderire alla SERR ed insieme ad altri comuni.

La Città di Rivoli, attraverso i propri uffici scuola e di comunicazione promuoverà presso tutte le scuole della città le attività che saranno anche pubblicate sul proprio sito e pubblicizzate attraverso i canali social della Città.

LabxRivoli e SERR

L'associazione di promozione sociale LabxRivoli APS che da anni propone attività formative (integrate nel POF) e di sensibilizzazione su tematiche ambientali nelle scuole cittadine ha deciso di elaborare e proporre

- cinque unità didattiche di sensibilizzazione sullo spreco alimentare da proporre alle scuole secondarie di primo grado
- cinque unità didattiche di sensibilizzazione sullo spreco alimentare da proporre agli asili nido
- cinque attività di sensibilizzazione sullo spreco alimentare che possono essere fatta a casa da nonni e nipoti.

Alcuni dati sullo spreco alimentare

In Italia, lo spreco alimentare è un problema significativo, sia a livello domestico che lungo la filiera alimentare. Ecco alcuni dati aggiornati e rappresentativi della situazione.

Questi dati evidenziano che lo spreco alimentare in Italia è un problema economico e ambientale rilevante, ma al contempo sottolineano una crescente consapevolezza e l'impegno verso la riduzione degli sprechi lungo tutta la filiera.

1. Spreco Alimentare Domestico:

Ogni famiglia italiana spreca circa 67 kg di cibo all'anno a livello domestico, secondo i dati recenti.

In termini di valore, lo spreco alimentare domestico ha un costo stimato di circa 10 miliardi di euro ogni anno.

Gli alimenti più sprecati nelle case italiane sono frutta e verdura, seguiti da pane, latte e latticini.

2. Spreco nella Filiera Alimentare:

L'intera filiera alimentare italiana, dalla produzione agricola alla distribuzione, rappresenta circa il 60% dello spreco alimentare totale nel paese.

Lo spreco nella produzione agricola e durante la fase di trasformazione degli alimenti è spesso legato a scarti inevitabili, imperfezioni estetiche dei prodotti, difficoltà di conservazione e problematiche logistiche.

3. Spreco Alimentare Totale in Italia:

Il valore complessivo dello spreco alimentare lungo tutta la filiera italiana (incluso quello domestico) è stimato in circa 15 miliardi di euro l'anno, pari a circa l'1% del PIL nazionale.

Questo valore corrisponde a oltre 5 milioni di tonnellate di cibo sprecato ogni anno. Considerando che un container può contenere in media 20 tonnellate di cibo, se si dovesse fare una fila di camion che trasportano in container tutto questo cibo questa fila sarebbe lunga 3750 Km come da Roma a Capo nord (Norvegia).

4. Impatto Ambientale dello Spreco Alimentare:

Lo spreco alimentare in Italia comporta un consumo significativo di risorse (acqua, energia, suolo) e contribuisce all'emissione di gas serra, aggravando il cambiamento climatico.

Si stima che lo spreco alimentare nel paese sia responsabile di circa 8 milioni di tonnellate di CO2 emesse ogni anno, considerando l'intero ciclo produttivo e distributivo.

5. Consapevolezza e Iniziative di Riduzione dello Spreco:

Negli ultimi anni, l'Italia ha introdotto diverse iniziative per ridurre lo spreco, come la Legge Gadda (n. 166/2016), che facilita la donazione di cibo invenduto a scopo di beneficenza.

Organizzazioni come Banco Alimentare, Last Minute Market, Regusto, stanno lavorando per ridurre lo spreco recuperando cibo da supermercati, aziende e mercati, distribuendolo poi a chi ne ha bisogno.

Cinque attività sullo spreco alimentare per le scuole secondarie di primo grado

Nel seguito sono descritte cinque attività didattiche di un'ora per le scuole secondarie di primo grado, ognuna con un obiettivo pratico e un risultato finale per sensibilizzare gli studenti sulla riduzione degli sprechi alimentari che potrebbero essere svolte in occasione della SERR o anche nelle settimane successive dalle scuole di Rivoli.

Queste attività non solo coinvolgono gli studenti, ma producono risultati pratici, creativi e tangibili, favorendo la consapevolezza e la responsabilità verso la riduzione degli sprechi alimentari.

1. Indagine sugli Sprechi Alimentari in Famiglia

Obiettivo: Comprendere le abitudini alimentari e gli sprechi in famiglia.

Descrizione: Gli studenti vengono divisi in piccoli gruppi e lavorano su un questionario da somministrare a casa, con domande su quanto cibo viene acquistato, consumato e sprecato.

Attività: In classe, discutono le domande e formulano le risposte su un foglio comune. Preparano poi una sintesi con i principali risultati, raggruppando le risposte in categorie (frequenza dello spreco, tipi di cibo sprecato, ecc.).

Risultato finale: Creazione di un “Rapporto sugli sprechi alimentari familiari”, con grafici e percentuali, che riassume i risultati per tutta la classe.

2. Laboratorio di “Cucina Creativa con gli Avanzi”

Obiettivo: Imparare a riutilizzare avanzi e ingredienti prossimi alla scadenza in modo creativo.

Descrizione: La classe viene suddivisa in gruppi e ogni gruppo riceve una lista di ingredienti (virtuali) avanzati, come pane raffermo, verdure prossime alla scadenza, ecc.

Attività: Ogni gruppo pensa a ricette facili e creative per usare tutti gli ingredienti della loro lista. I gruppi condividono poi le idee con la classe, annotando le ricette più originali e gustose.

Risultato finale: Creazione di un “Ricettario anti-spreco” della classe, con le migliori ricette raccolte, che verrà stampato e distribuito.

3. Cartelloni Informativi sullo Spreco Alimentare

Obiettivo: Capire le cause e le conseguenze dello spreco alimentare.

Descrizione: Gli studenti fanno una breve ricerca (fornita dall'insegnante) su statistiche, cause e impatti ambientali dello spreco alimentare.

Attività: Divisi in gruppi, creano cartelloni informativi con illustrazioni, infografiche e frasi di impatto che descrivono i dati raccolti. Possono usare immagini, testi, o disegni per rendere chiari i concetti.

Risultato finale: Ogni gruppo presenta il proprio cartellone alla classe e questi vengono poi affissi nei corridoi della scuola per sensibilizzare gli altri studenti.

4. Diario Alimentare di Classe

Obiettivo: Riflettere su cosa si spreca nel corso di una settimana.

Descrizione: Ogni studente tiene un “diario alimentare” annotando il cibo che butta a casa per una settimana (per esempio, una mela mezza mangiata, pane avanzato).

Attività: Alla fine della settimana, gli studenti portano i dati in classe. In gruppo, confrontano i risultati e li organizzano in categorie. Si calcolano le quantità di spreco totali della classe.

Risultato finale: Produzione di un grafico che mostra i principali alimenti sprecati e discussione sulle possibili soluzioni per ridurre questi sprechi.

5. Sfida della Merenda Anti-Spreco

Obiettivo: Creare consapevolezza sulle scelte alimentari e ridurre gli sprechi durante la pausa.

Descrizione: Ogni studente porta una merenda che abbia un basso impatto in termini di spreco (ad esempio, frutta intera, merende confezionate senza imballaggi inutili).

Attività: In piccoli gruppi, gli studenti valutano insieme le loro merende considerando fattori come imballaggio, quantità di scarti e possibilità di conservazione. Discutono su quali alternative potrebbero ridurre ulteriormente gli sprechi.

Risultato finale: Compilazione di una “Guida alla Merenda Anti-Spreco”, con suggerimenti pratici, che viene stampata e distribuita agli studenti della scuola per ispirare tutti a portare merende più sostenibili.

Cinque attività sullo spreco alimentare per gli asili nido

Ecco cinque attività semplici e divertenti che le maestre possono fare con i bambini dell'asilo nido per introdurli al concetto di spreco alimentare.

Queste attività sono divertenti e coinvolgenti e insegnano in modo semplice e visivo l'importanza di ridurre lo spreco alimentare.

1. Il Gioco dei Colori con Frutta e Verdura

Descrizione: Usate immagini o modelli di frutta e verdura di diversi colori e chiedete ai bambini di abbinarli o dividerli per colore.

Obiettivo: Introdurre i bambini alla varietà di alimenti, spiegando che ogni frutto e verdura è importante e non va sprecato.

Attività: Distribuite immagini o modelli di cibo e chiedete ai bambini di raggrupparli per colore. Poi, spiegate che ogni frutto o verdura ha qualcosa di speciale da offrire e che è importante non buttarli.

Risultato: I bambini imparano a riconoscere vari tipi di alimenti e iniziano a comprendere l'importanza di apprezzarli tutti.

2. La Frutta e la Verdura Puzzle

Descrizione: Create puzzle con immagini di frutta e verdura in cui i pezzi raffigurano metà del frutto o della verdura.

Obiettivo: Insegnare l'idea che ogni alimento è un "pezzo" importante e non va sprecato.

Attività: I bambini devono ricomporre i puzzle, unendo le metà per creare un frutto o una verdura completa. Una volta completato, la maestra può spiegare che tutti i pezzi sono importanti e non devono andare perduti.

Risultato: I bambini associano l'idea di "completezza" con la frutta e la verdura e imparano che ogni parte è preziosa.

3. Laboratorio di "Piccole Merende"

Descrizione: Preparate una merenda in cui i bambini scelgono piccole porzioni di cibo, imparando a prendere solo ciò di cui hanno bisogno.

Obiettivo: Far capire ai bambini che prendere piccole porzioni evita gli sprechi.

Attività: Allestite una mini-buffet con piccoli pezzetti di frutta e snack semplici. Invitate i bambini a prendere solo una piccola porzione e poi, se lo desiderano, tornare per un'altra. Spiegate che così si evita di lasciare cibo non mangiato.

Risultato: I bambini apprendono l'idea delle porzioni e iniziano a capire che possono evitare sprechi prendendo solo ciò di cui hanno bisogno.

4. La Storia di “Gina la Mela”

Descrizione: Raccontate la storia di una mela che rischia di essere buttata, ma viene invece usata in modo creativo.

Obiettivo: Spiegare in modo narrativo come gli avanzi possono essere utilizzati e valorizzati.

Attività: Raccontate una breve storia (anche con un pupazzetto o un disegno) su "Gina la Mela" che, anziché essere buttata, diventa parte di una macedonia o di un frullato. Chiedete ai bambini di immaginare altri modi creativi per usare Gina.

Risultato: I bambini si affezionano al personaggio e apprendono che il cibo, anche quando sembra “vecchio,” può avere nuovi usi.

5. Impariamo a Piantare i Semi

Descrizione: Recuperate i semi di frutta (come mele o limoni) e piantateli insieme ai bambini in piccoli vasetti.

Obiettivo: Far vedere ai bambini che dal cibo può nascere una nuova vita.

Attività: Dopo aver mangiato un frutto, raccogliete i semi e piantateli in un vasetto con i bambini. Spiegate che, invece di buttare tutto, alcune parti possono essere riutilizzate per creare qualcosa di nuovo.

Risultato: I bambini apprendono che parte del cibo può essere riciclato in modo creativo e utile, come per far crescere una pianta.

Cinque attività nonni - nipoti sullo spreco alimentare

Nel seguito sono descritte cinque attività coinvolgenti, ciascuna della durata di circa un'ora e mezza, sullo spreco alimentare che nonni e nipoti delle elementari possono fare insieme in un pomeriggio. Queste attività sono semplici, pratiche e favoriscono la collaborazione tra nonni e nipoti, aiutando i bambini a comprendere il valore del cibo e come ridurre gli sprechi in modo divertente e istruttivo.

1. Caccia al Tesoro in Dispensa

Descrizione: Nonni e nipoti esplorano la dispensa e il frigorifero per individuare prodotti vicini alla scadenza o dimenticati. L'obiettivo è scoprire alimenti che rischiano di andare sprecati e che possono essere utilizzati nei giorni successivi.

Materiali: Foglietti, penne, scatole o sacchetti.

Come fare: Una volta individuati gli alimenti, fanno una lista degli ingredienti e discutono insieme su come utilizzarli. Potrebbero dividere gli alimenti in categorie (verdure, latticini, frutta) e creare una "scatola anti-spreco" con i prodotti da consumare prima.

Risultato: Una lista di piatti o spuntini da preparare nei giorni seguenti per evitare sprechi.

2. Laboratorio di Ricette con gli Avanzi

Descrizione: Nonni e nipoti preparano insieme una ricetta semplice usando avanzi o ingredienti di base. Potrebbero fare crostini di pane raffermo, frullati con frutta matura, o frittate con verdure avanzate.

Materiali: Ingredienti di recupero, utensili da cucina, grembiuli.

Come fare: Il nonno guida il nipote nei passaggi della ricetta, spiegando come alcuni alimenti, anche se vicini alla scadenza, possano essere gustosi e nutrienti se usati nel modo giusto.

Risultato: Un piatto pronto da gustare insieme e un esempio pratico di come recuperare gli avanzi.

3. Creazione di una Compostiera Domestica

Descrizione: Nonni e nipoti preparano una piccola compostiera da usare in casa o in giardino, trasformando gli scarti alimentari in compost per piante.

Materiali: Un contenitore (un vecchio secchio o una scatola forata), bucce di frutta e verdura, foglie secche, piccoli ramoscelli.

Come fare: Insieme, inseriscono gli scarti alimentari nella compostiera, spiegando quali materiali possono andare nel compost e quali no. Il nonno può illustrare il processo di decomposizione e come il compost nutre il terreno.

Risultato: Una mini-compostiera pronta e funzionante, e un nuovo modo di vedere gli scarti alimentari come risorsa utile.

4. Creazione di una Tabella di Stagionalità

Descrizione: Realizzano insieme una tabella con i frutti e ortaggi di stagione, per imparare quali prodotti sono migliori in ogni periodo dell'anno.

Materiali: Cartoncini, pennarelli, immagini di frutta e verdura ritagliate da riviste.

Come fare: Nonno e nipote creano insieme una tabella stagionale suddivisa per mesi o stagioni, incollando o disegnando i prodotti tipici di ogni periodo. Il nonno può spiegare come acquistare alimenti di stagione aiuti a evitare sprechi e risparmiare.

Risultato: Una tabella colorata da appendere in cucina come riferimento, rendendo divertente l'acquisto consapevole.

5. Gioco del “Non Spreco” con le Merende

Descrizione: Il nonno aiuta il nipote a creare merende senza sprechi, usando porzioni giuste e ingredienti semplici. Il gioco consiste nel trovare idee per usare tutti gli ingredienti senza buttare nulla.

Materiali: Snack semplici (come pane, formaggio, frutta secca), tovagliette, contenitori.

Come fare: Si prepara una merenda con una piccola porzione di vari alimenti e si sfida il nipote a creare combinazioni che non lascino avanzi. Discutono poi delle quantità giuste per una merenda e come conservare il cibo per il giorno dopo.

Risultato: Una merenda “anti-spreco” e una nuova consapevolezza sulle porzioni e sulla conservazione del cibo.