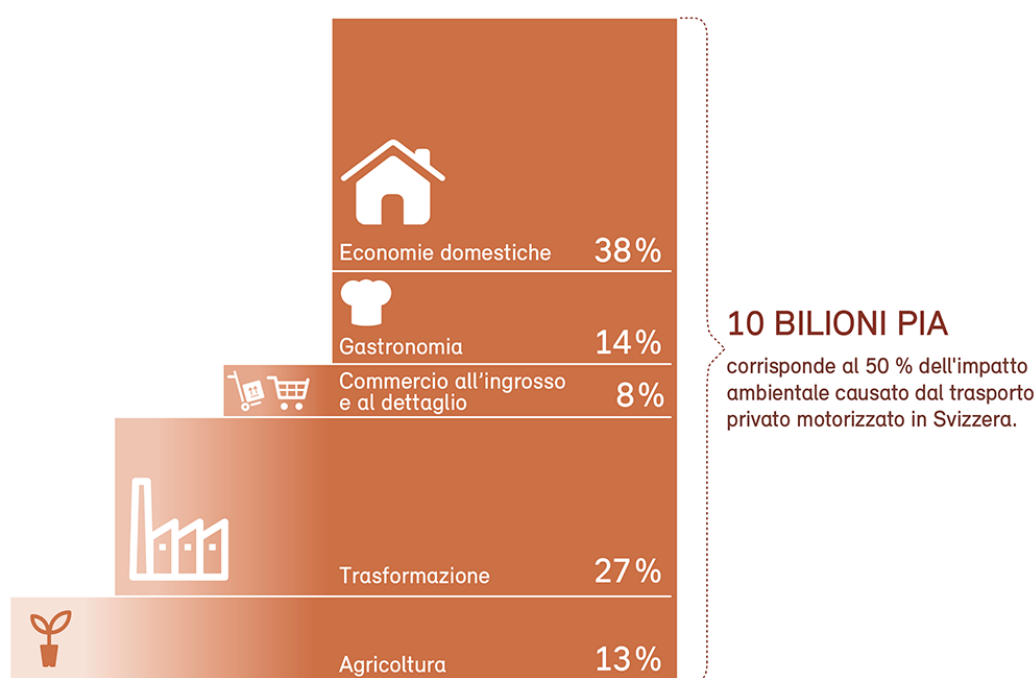


Agire contro lo spreco alimentare

Se qualcuno vi dicesse che quasi il 40 % del cibo che arriva nelle nostre case in Svizzera va a finire nel secchio della spazzatura, ci credereste? E che “più una derrata alimentare viene persa a valle nella catena di produzione e commercializzazione, maggiore è l’inquinamento che genera?”¹

L’ufficio federale dell’ambiente asserisce che “più della metà (52 %) dell’impatto ambientale dovuto a perdite alimentari evitabili (*food waste*) è causato dalle economie domestiche e dalla gastronomia”² e questo perché per produrre, trasportare, trasformare, imballare e stoccare il cibo sono state consumate enormi quantità di risorse come acqua, terreno, fertilizzanti e petrolio, e sono state prodotte grandi quantità di gas a effetto serra.



Impatto ambientale delle perdite alimentari evitabili in Svizzera³

Stando alla ricerca del Politecnico di Zurigo che ha condotto lo studio, le “categorie alimentari con il maggior impatto ambientale per chilogrammo di perdita di cibo sono carne, caffè, fave di cacao, burro, uova, prodotti importati per via aerea, oli e grassi, pesce e formaggio. Anche le perdite di frutta, verdura e patate, come pure il pane e i prodotti da forno sono rilevanti dal punto di vista ambientale, nonostante abbiano un impatto ambientale minore per chilogrammo, perché sono prodotti che vengono gettati via in grandi quantità.”⁴

¹ <https://www.news.admin.ch/it/nsb?id=76808> (Ufficio federale dell’ambiente)

² idem

³ <https://www.bafu.admin.ch/bafu/it/home/temi/economia-consumo/ressourcenschonung-und-kreislaufwirtschaft/rifiuti-alimentari.html>

⁴ idem

Ogni anno una persona getta 330 Kg di cibo ancora commestibile, che equivale a gettare “620 franchi nella spazzatura, cifra non indifferente soprattutto per persone che vivono al di sotto della soglia di povertà. “⁵

Come ovviare a questo enorme spreco?

Il Consiglio federale ha adottato un piano d’azione contro lo spreco alimentare (Agenda 2030 per lo sviluppo sostenibile⁶) che comprende delle misure economiche, promozionali e di sensibilizzazione, con l’obiettivo di dimezzare in quindici anni la quantità di perdite alimentari evitabili, riducendo di conseguenza il più possibile l’impatto ambientale.

Oltre che a livello politico, c’è da agire a livello culturale. Considerato questo grande impatto ambientale che hanno le economie domestiche, è importante prendere consapevolezza delle proprie abitudini alimentari, assumere le proprie responsabilità e cercare di condividere comportamenti virtuosi che riducano le perdite alimentari evitabili.

Innanzitutto si potrebbe prestare più attenzione a comprare quanto necessario per il consumo quotidiano, seguendo una lista della spesa, evitando di andare a fare la spesa affamati e non comprando pensando solo al risparmio lasciandosi conquistare dalle continue offerte e azioni.

È necessario essere attenti alla Data di scadenza (DS) e al Termine minimo di conservazione (TMC) dei prodotti che si hanno in casa in modo da non lasciarli deperire. La differenza di conservazione tra le due date è fondamentale: la DS indicata su carne fresca, salumi da cuocere, derivati del pesce e dei frutti di mare, formaggio grattugiato e insalata in busta, deve essere rispettata e oltre tale data il cibo non è più commestibile e deve essere smaltito. I prodotti con TMC sono invece difficilmente deperibili se conservati in modo adeguato. La tavola allegata indica in modo esaustivo quanto tempo oltre il TMC è ancora possibile consumare i prodotti alimentari.

⁵ <https://www4.ti.ch/dt/da/uea/temi/spreco-alimentare/home>

⁶ <https://www.are.admin.ch/are/it/home/sviluppo-sostenibile/politica-sostenibilita/agenda2030.html>

Mangiare senza rischi

Come gestire gli alimenti oltre il termine minimo di conservazione (TMC) e la data di scadenza (DS).

I prodotti con termine minimo di conservazione (TMC) sono difficilmente deperibili. Finché mantengono un bell'aspetto, un buon odore e un buon sapore, questi alimenti, se conservati correttamente, possono essere consumati tranquillamente anche dopo la data indicata. Scopri qui sotto entro quanto tempo oltre il TMC è preferibile consumarli.



 Farina	 Pasta e riso	 Sale e spezie, aceto	 Zucchero, dolcificanti, sciroppo, miele, marmellata	 Cioccolato e dolci	 Tè e caffè	+360 giorni
 Grasso/olio	 Bevande conservabili non refrigerate Bibite, acqua minerale	 Conservare in lattina Verdure, carne, frutta Vasetti di vetro con prodotti sottolio Minestre e salse liofilizzate	 Cereali per la colazione, pane croccante, fette biscottate	+120 giorni		
 Prodotti surgelati	 Bevande refrigerate Succo di frutta, succo di verdura	 Latte UHT, burro, formaggio a pasta dura	 Snack salati Cracker, biscotti, semi, noci	+90 giorni	+30 giorni	
 Quark, yogurt, formaggio fresco, formaggio a pasta molle	 Salumi da consumare crudi Prosciutto crudo, salame, salsiccia	 Uova cotte	 Prodotti da forno preconfezionati	+14 giorni	 Uova crude	 Latte pastorizzato
					 Piccola pasticceria Sfoglie, pasticcini, torte	+6 giorni

Termine minimo di conservazione

Data di scadenza
(alimenti congelati)

I prodotti freschi congelabili con data di scadenza (DS) sono facilmente deperibili; i batteri nocivi non sono rilevabili con i sensi. Pertanto, dovrebbero essere consumati o congelati entro la data indicata. Il commercio al dettaglio e le organizzazioni di aiuto alimentare devono rietchettare e datare tali prodotti prima di congelarli.

+90 giorni se congelati

Carne fresca e salumi da cuocere
Prosciutto cotto, salsicce da lessare

Formaggio grattugiato

Derivati del pesce e dei frutti di mare

Data di scadenza
(alimenti non congelati)

I prodotti con data di scadenza (DS) che non possono essere congelati o non vengono congelati entro tale data, devono essere smaltiti dopo la scadenza.

+0 giorni se non congelati

ad es. insalata in busta

Versione 4 / settembre 2024 / foodwaste.ch

foodWaste.ch
Per amore del cibo

Insieme contro lo spreco alimentare: TMC+ è un'iniziativa di: foodwaste.ch, ZHAW, Tavolino magico, Tavola Svizzera, United Against Waste e Federazione delle Industrie Alimentari Svizzere (fiat).

Qualche dubbio?
Maggiori informazioni:



Mangiare senza rischi⁷

È altresì importante dedicare del tempo alla preparazione dei pasti partendo il più possibile dalle materie prime, prediligendo quelle non raffinate e utilizzando tutte le componenti di un alimento. Per evitare il consumo di cibi preconfezionati, è consigliabile anticipare la preparazione dei pasti che verranno poi consumati in un secondo tempo.

Se comunque avanza del cibo commestibile, per evitare di gettarlo, è possibile dividerlo con i propri vicini di casa. Ciò, oltre che combattere lo spreco alimentare, permette di rinsaldare i rapporti di buon vicinato.

⁷ https://foodwaste.ch/wp-content/uploads/2025/01/MHD_One_Pager_A4_V01_2025_IT.pdf

Il primo Madame frigo in Ticino

L'associazione senza scopo di lucro Madame Frigo⁸, con sede a Lucerna, è stata fondata nel 2018 con l'obiettivo di contribuire a ridurre lo spreco alimentare nelle abitazioni private promuovendo l'installazione di frigoriferi pubblici e misure di sensibilizzazione per contrastare le perdite alimentari evitabili.



Il primo frigorifero pubblico in Ticino⁹

L'idea è semplice: dona ciò che ti avanza e prendi ciò di cui hai bisogno. Chiunque può depositare nel frigorifero alimenti ancora commestibili e prelevare gratuitamente cibo da portare a casa 24 ore su 24.

In Svizzera, la rete di frigoriferi pubblici di Madame Frigo conta oltre 160 postazioni in 18 cantoni. L'installazione dei frigoriferi viene proposta da persone o istituzioni interessate e i frigoriferi vengono gestiti da oltre 500 volontari e volontarie, che provvedono ai controlli igienici e alla pulizia dei frigoriferi. Spesso organizzano anche la raccolta di cibo presso panifici, pasticcerie e negozi alimentari locali per arricchire ulteriormente l'offerta di cibo nei frigoriferi.

Nel 2023, grazie ai frigoriferi, si è riusciti a salvare dalla spazzatura oltre 200 tonnellate di prodotti alimentari, che equivale a una media di circa 4 chili di cibo al giorno per frigorifero. Inoltre, attraverso la sensibilizzazione di Madame frigo, sono state trasmesse le conoscenze in materia di spreco alimentare a oltre 15'000 persone.

⁸ <https://www.madamefrigo.ch/it/>

⁹ Hangar, via Luini 19, Locarno

In Ticino è stato inaugurato il primo frigorifero pubblico (e il 166esimo in Svizzera) presso Hangar, in via Luini 19 a Locarno, sabato 3 maggio 2025, promosso e sostenuto dalla Cooperativa Area (<https://www.cooperativa-area.ch>), che oltre a mettere a disposizione lo spazio per il frigo gestisce i controlli igienici e la pulizia regolare del frigorifero, dall'associazione Basta Poco (<https://bastapoco.ch>) e dall'Osservatorio per la gestione ecosostenibile dei rifiuti OKKIO (<https://okkio.ch>).



Un intervento durante il *vernissage*

Al *vernissage* hanno preso parola Paolo Jauch, direttore della cooperativa **Area**, Daniele Polli, coordinatore dell'associazione **OKKIO**, Claudio Cianca, portavoce di **Basta Poco**, Raffaele Pellegrino, collaboratore scientifico del **Dipartimento del Territorio**, Nancy Lunghi, municipale di **Locarno** e Anja Schenk, collaboratrice della **Community and Location di Madame Frigo**.

Tutti gli interventi hanno sottolineato come sia ancora attuale e importante la sensibilizzazione sullo spreco alimentare e che grazie a una piccola azione concreta come l'installazione di un frigorifero pubblico permetta di tornare a parlarne e di aumentare la consapevolezza del nostro impatto ambientale.

È stata altresì riconosciuta e apprezzata la collaborazione che si è creata tra diverse realtà associative che operano sul territorio.

I dubbi, le domande e i consigli delle numerose persone accorse all'inaugurazione sono poi continuati in modo informale durante l'apprezzato rinfresco, curato da Claudia Messina di **MeloGusto**.

La speranza è che anche in Ticino la presenza dei frigoriferi pubblici possa diffondersi, in modo da contribuire in modo sensibile al recupero di cibo ancora commestibile. È sufficiente che un gruppo di volontari si organizzi e prenda contatto direttamente con Madame Frigo¹⁰: l'associazione fornisce il frigorifero e l'apposita cabina

¹⁰ info@madame-frigo.ch 041 521 32 20 www.madamefrigo.ch

in prestito e rimane a disposizione per qualsiasi domanda riguardante il frigorifero pubblico e il rifornimento del necessario materiale di comunicazione.



Davide De Donatis (Basta Poco), Anja Schenk (Madame Frigo), Daniele Polli (OKKIO) e Alissa Hernandez (Hangar)