

# Nonni, nipoti e il benessere in Cucina

IL CIBO, DALL'AGRICOLTURA ALLA TAVOLA

# PLUS

## A lezione di etichette e non solo

Fare acquisti ha delle ripercussioni sotto il profilo ambientale e sociale. Consumare in modo consapevole, informandosi sul vero costo dei prodotti, cercando garanzie sulla filiera e sul benessere delle persone e sulla salvaguardia dell'ambiente sta diventando un'abitudine diffusa tra gli italiani.

Il rapporto Coop 2021 evidenzia che l'88% degli intervistati associa al cibo il concetto di sostenibilità: per il 33% significa avere un metodo di produzione rispettoso, per un altro 33% è l'attenzione agli imballaggi, per il 21% è sinonimo di origine e filiera e per il 9% di responsabilità etica. Quindi, gli italiani sembrano essere sempre più attenti a ciò che comprano e sono alla ricerca di realtà che mettono al primo posto la sostenibilità in ogni fase della produzione.

La scelta di alimenti e bevande, inoltre, condiziona la nostra dieta in termini di apporti ed equilibrio nutrizionale. Leggere e comprendere le etichette degli alimenti è importante perché ci consente di fare scelte più sane e consapevoli.

### LA CORRETTA INFORMAZIONE SUGLI ALIMENTI

L'etichetta riporta informazioni sul contenuto nutrizionale del prodotto e fornisce una serie di indicazioni per comprendere come i diversi alimenti concorrono a una dieta corretta ed equilibrata. Il Regolamento (UE) 1169/2011 relativo alla fornitura di informazioni sugli alimenti ai consumatori aggiorna e semplifica le norme precedenti sull'etichettatura degli alimenti. Lo scopo di tale innovazione è quello di tutelare ulteriormente la salute dei consumatori e assicurare un'informazione chiara e trasparente. Il Regolamento introduce alcune importanti novità.

[Per scoprire quali sono, scarica la Mini Guida edita dal Ministero della Salute](#)



### PRODUZIONI DI QUALITÀ

L'Italia è il Paese europeo con il maggior numero di prodotti agroalimentari a denominazione di origine e a indicazione geografica riconosciuti dall'Unione europea: ben 876 prodotti con diversi gradi di riconoscimento. È la dimostrazione della grande qualità delle nostre produzioni e del forte legame che lega le eccellenze agroalimentari italiane al territorio di origine. La certificazione inoltre offre maggiori garanzie di tracciabilità e di sicurezza alimentare.

[Scopri i prodotti di qualità delle Regioni italiane](#)



### STOP ALLO SPRECO DI CIBO

Per la prima volta dopo 10 anni si registra un calo del 25% sullo spreco alimentare delle famiglie italiane. Il lavoro da fare è ancora molto, ma il fatto che 7 italiani su 10 si dichiarano consapevoli della connessione fra lo spreco alimentare, la sua prevenzione, la salute dell'ambiente e dell'uomo è senza dubbio un dato positivo. Purtroppo in Italia lo spreco alimentare vale 6 miliardi e 403 milioni di euro l'anno e circa il 40% è prodotto dalle famiglie? Ma nostri comportamenti possono migliorare questa situazione.

[Leggi l'opuscolo "Stop allo spreco" edito dal Ministero della Salute e troverai alcuni semplici consigli](#)



**PROSSIMO  
APPUNTAMENTO  
IL 30 MARZO 2022**



Dalle 15.00 alle 16.30  
presso il Centro Civico Agorà,  
via Monviso, 7 - Arese  
Per informazioni:  
[uniter@uniter-arese.it](mailto:uniter@uniter-arese.it)  
oppure [info@casagricoltura.org](mailto:info@casagricoltura.org)

## Come scegliere un'alimentazione sostenibile

Per parlare di alimentazione sostenibile è necessario partire dal concetto di sviluppo sostenibile, cioè da ciò che è in grado di assicurare i bisogni della popolazione attuale senza compromettere le possibilità delle generazioni a venire. L'alimentazione sostenibile è quindi quello stile alimentare che consente di contenere al minimo il consumo di acqua, suolo ed energia limitando l'uso di additivi e pesticidi, riducendo gli allevamenti e la pesca intensivi e frenando le emissioni di anidride carbonica. Scegliere alimenti sostenibili e biologici significa fare del bene prima di tutto a noi stessi proprio perché siamo quello che mangiamo.

Ne parliamo con **Claudia Sorlini**, Professore emerito e già Presidente del Comitato scientifico di Expo 2015.

**L'INCONTRO SI SVOLGERÀ NEL RISPETTO DELLA NORMATIVA ANTI COVID-19**

Un progetto di



con il contributo di



e il supporto di



In collaborazione con



con il patrocinio di

