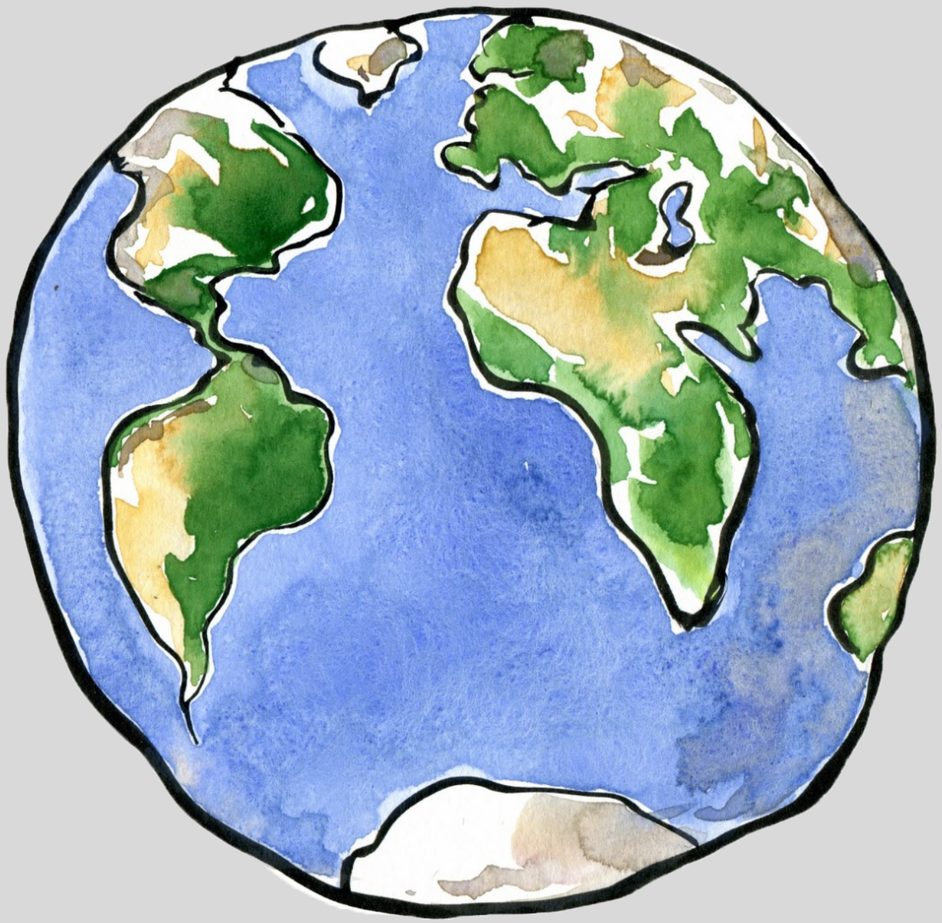
Buono per me, buono per l’ambiente

Orto Botanico di Bergamo Lorenzo Rota



Michela Leidi
22 febbraio 2021

Orto Botanico di Bergamo Lorenzo Rota

Big Picnic

“Big Picnic” – Big Questions – engaging the public with Responsible Research and Innovation on Food Security

OBIETTIVI PER LO SVILUPPO SOSTENIBILE

Orto Botanico di Bergamo Lorenzo Rota

FOOD SECURITY

Sicurezza alimentare

Orto Botanico di Bergamo Lorenzo Rota

“Quando tutte le persone, in ogni momento, hanno accesso fisico ed economico a cibo sufficiente, sicuro e nutriente che soddisfi le loro esigenze dietetiche e preferenze alimentari per una vita attiva e sana”

Questo è il concetto espresso da FAO e riconosciuto al livello universale sulla sicurezza alimentare nel World Food Summit, Roma 1996.

I NUMERI DELLA FAME

690 MILIONI DI PERSONE

sono denutrite

Orto Botanico di Bergamo Lorenzo Rota

I PARADOSSI DELLA FAME

790 MILIONI DI PERSONE

soffrono di obesità

Orto Botanico di Bergamo Lorenzo Rota

I PARADOSSI DELLA FAME

della produzione mondiale di cibo durante tutta la filiera

1/3 VIENE SPRECATO

Orto Botanico di Bergamo Lorenzo Rota

I PARADOSSI DELLA FAME

La quantità di cibo sprecato è

4 VOLTE SUPERIORE

a quanto necessario per sfamare le persone denutrite nel mondo

Orto Botanico di Bergamo Lorenzo Rota

Alimentazione equilibrata

Orto Botanico
di Bergamo
Lorenzo Rota

PIRAMIDE ALIMENTARE TRANSCULTURALE

Uno strumento di educazione alimentare per tutti i bambini sin dall'età prescolare.

Società Italiana di **Pediatria**

Perchè seguire queste indicazioni?

Seguire un'alimentazione equilibrata e varia è importante per prevenire molte patologie e permettere al nostro corpo di funzionare al meglio!

Variare consente di assumere un maggior numero di micronutrienti, come vitamin e minerali, fondamentali per lo sviluppo fisico e mentale!

Orto Botanico di Bergamo Lorenzo Rota

Perchè parliamo di ambiente?

Orto Botanico
di Bergamo
Lorenzo Rota

La nostra salute è collegata a quella dell'ambiente.

Per produrre il cibo che mangiamo servono tante risorse, soprattutto **acqua, terra ed energia,** e nella produzione di cibo si emette gas (CO_2) che inquina l'aria o sostanze che contaminano la terra, il mare e l'acqua.

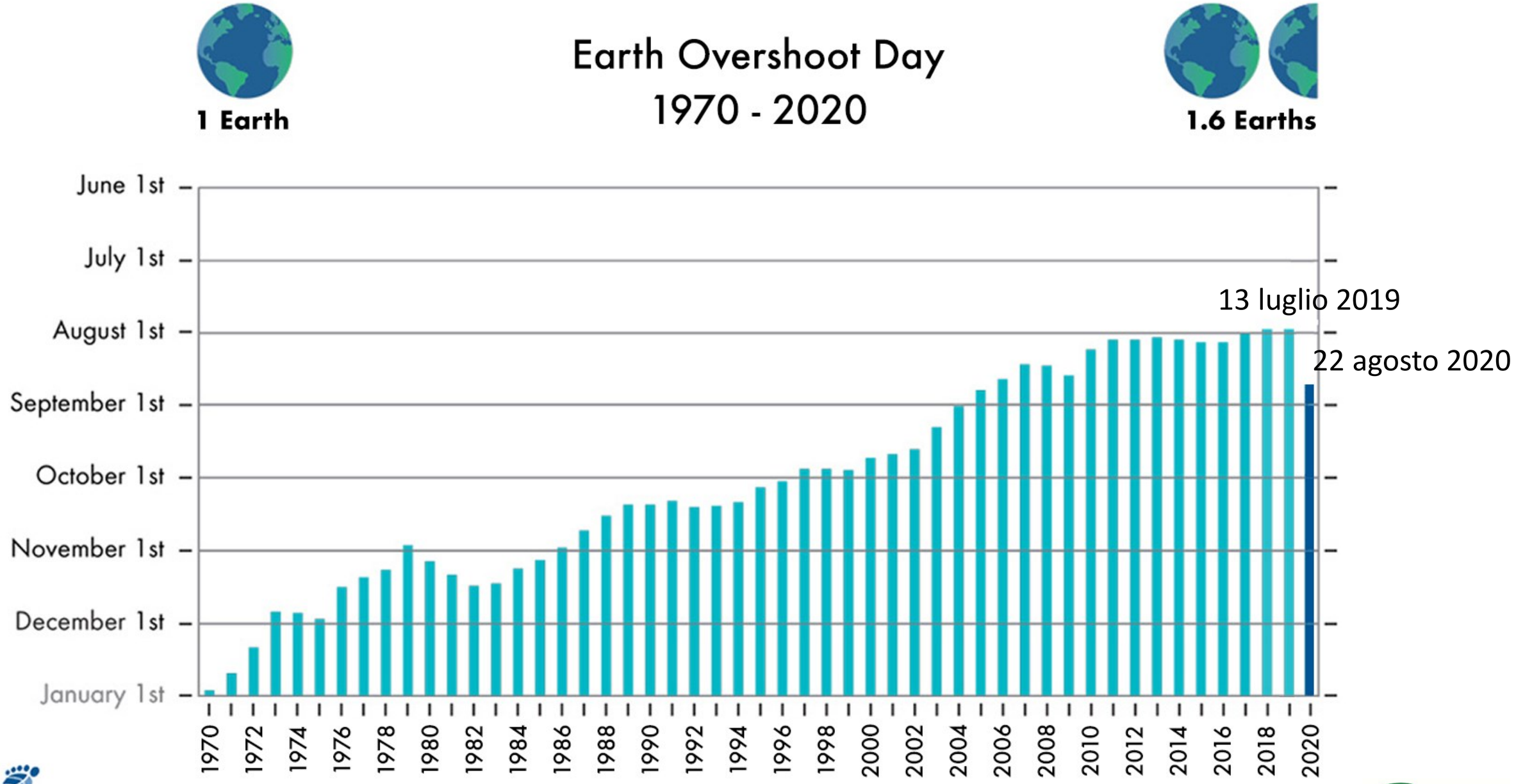
Orto Botanico di Bergamo Lorenzo Rota

Il modo in cui produciamo il cibo sta mettendo in serio pericolo il nostro Pianeta perchè le risorse naturali non riescono ad avere il tempo per rigenerarsi.

Per questo motivo non è SOSTENIBILE!

Orto Botanico di Bergamo Lorenzo Rota

Earth Overshoot Day
1970 - 2020



Global Footprint Network®
Advancing the Science of Sustainability

Source: Global Footprint Network National Footprint and Biocapacity Accounts 2019

EARTH OVERSHOOT DAY

Orto Botanico di Bergamo Lorenzo Rota

Ma come si calcolano le risorse consummate per un determinato bene?

Orto Botanico di Bergamo Lorenzo Rota

Si utilizza un metodo chiamato **Analisi del Ciclo di Vita** di un prodotto.

Vengono studiate con dettaglio tutte le risorse utilizzate (acqua e energia)e quanti e quali gas sono stati emessi nell'aria o nel suolo durante tutte le fasi di produzione.

Orto Botanico di Bergamo Lorenzo Rota

Insalata

in busta

- Coltivazione (utilizzo di trattamenti)
- Pulitura e insaccamento
- Trasporto
- Conservazione
- Trasporto a casa
- Consumo

dell’orto del nonno

- Coltivazione
- ~~Pulitura e insaccamento~~
- ~~Trasporto~~
- ~~Conservazione~~
- Trasporto a casa
- Consumo

Orto Botanico di Bergamo Lorenzo Rota

Per rendere comunicabili i risultati del calcoli dell'Analisi del ciclo di vita si utilizzano degli **indicatori**, per rappresentare in modo semplice gli **impatti ambientali.**

Orto Botanico di Bergamo Lorenzo Rota

Impronta ecologica

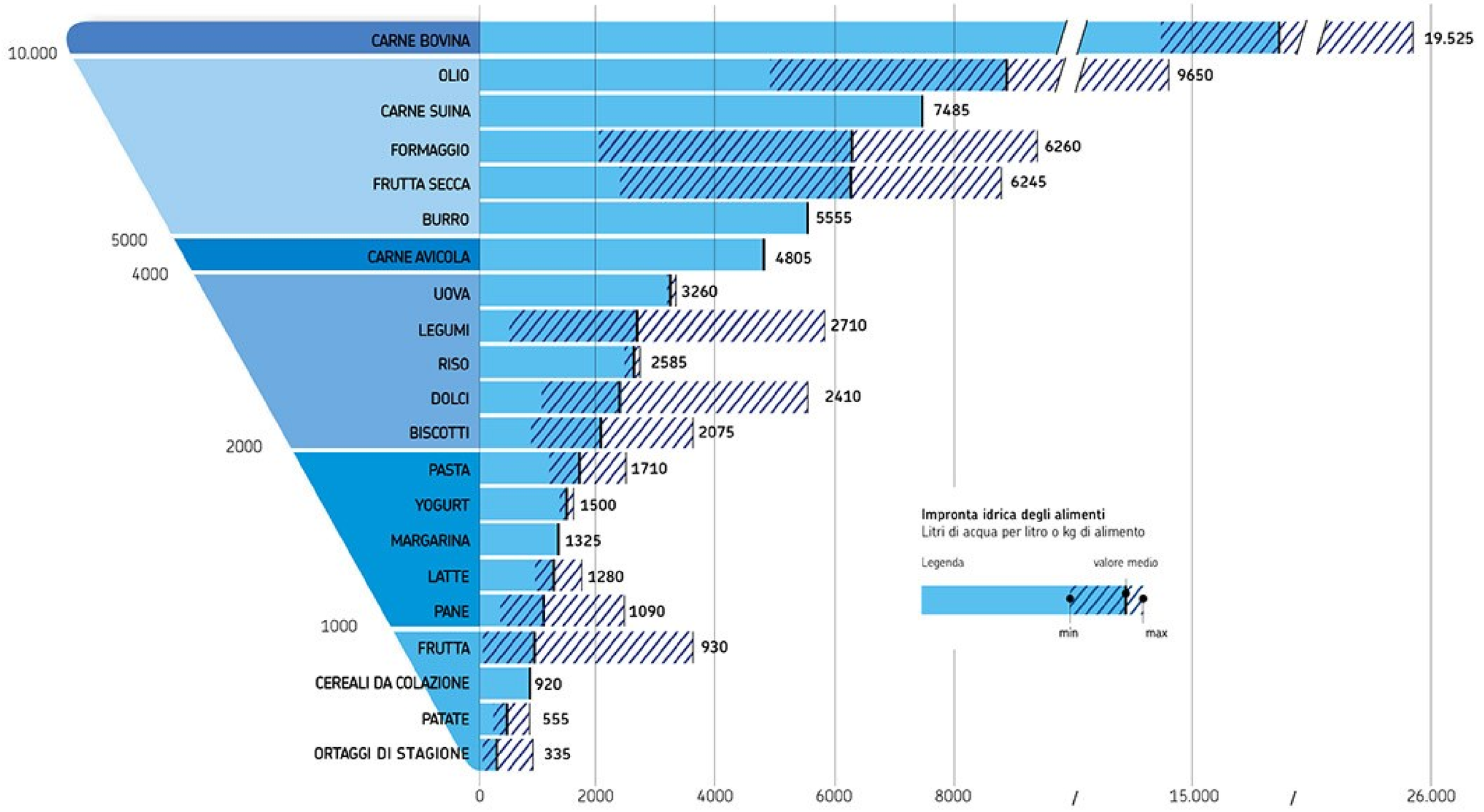
Impronta idrica

Impronta di carbonio

Orto Botanico
di Bergamo
Lorenzo Rota

Impronta idrica

L'impronta idrica *(water footprint):* calcola il volume di acqua dolce utilizzato direttamente e indirettamente lungo le diverse fasi della filiera per produrre un alimento, facendo distinzione tra le varie fonti (per esempio, l'acqua piovana e l'acqua da falda acquifera non valgono allo stesso modo), la quantità di acqua necessaria a diluire gli inquinanti e il luogo in cui è avvenuto il prelievo. Si misura in litri o metri cubi.

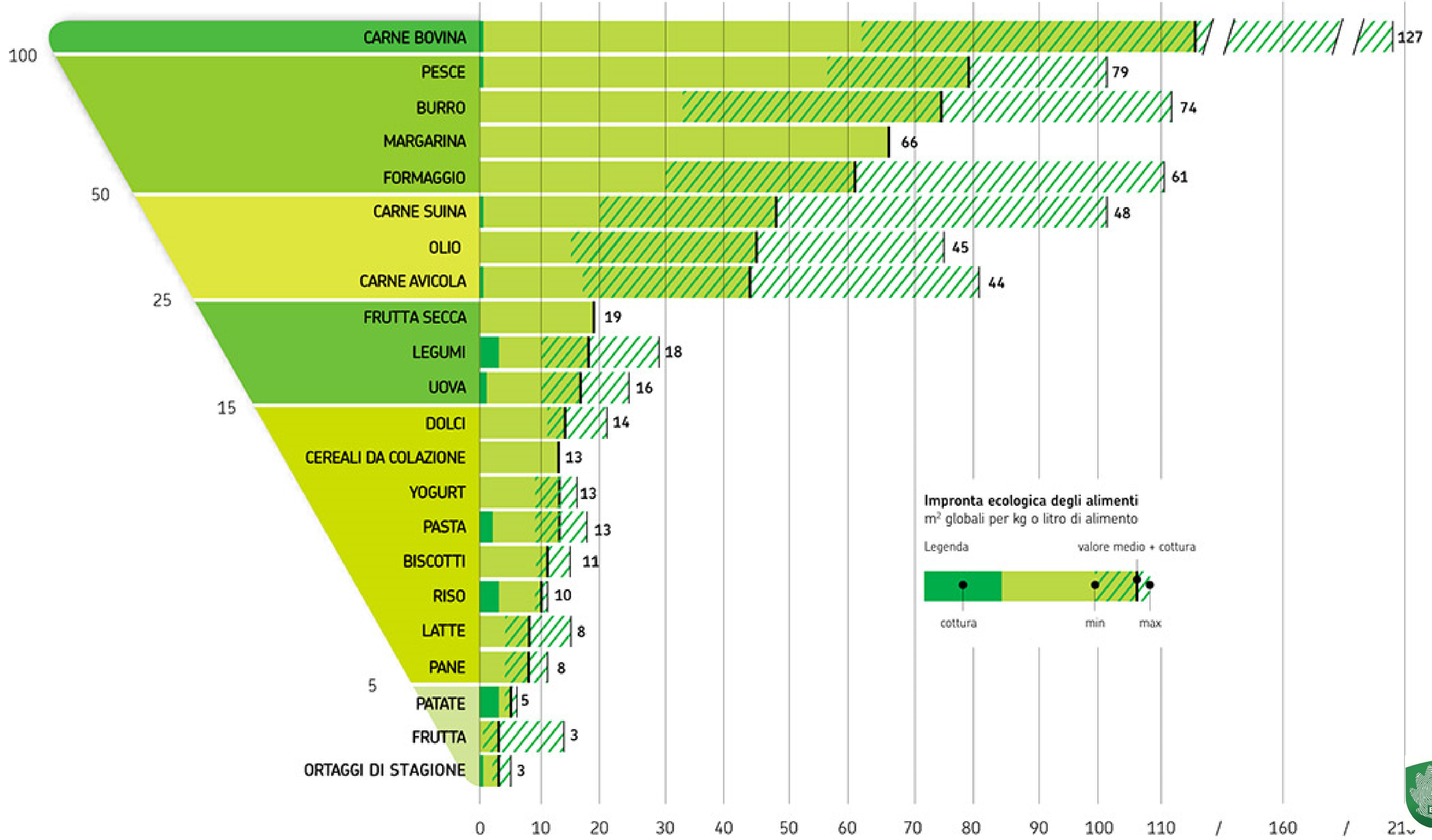


Orto Botanico di Bergamo Lorenzo Rota

Impronta ecologica

L'impronta ecologica *(ecological footprint):* misura la quantità di terra (o mare) biologicamente produttiva necessaria per fornire le risorse e assorbire le emissioni associate a un sistema di produzione; si misura in metri quadrati o ettari globali.

Orto Botanico di Bergamo Lorenzo Rota

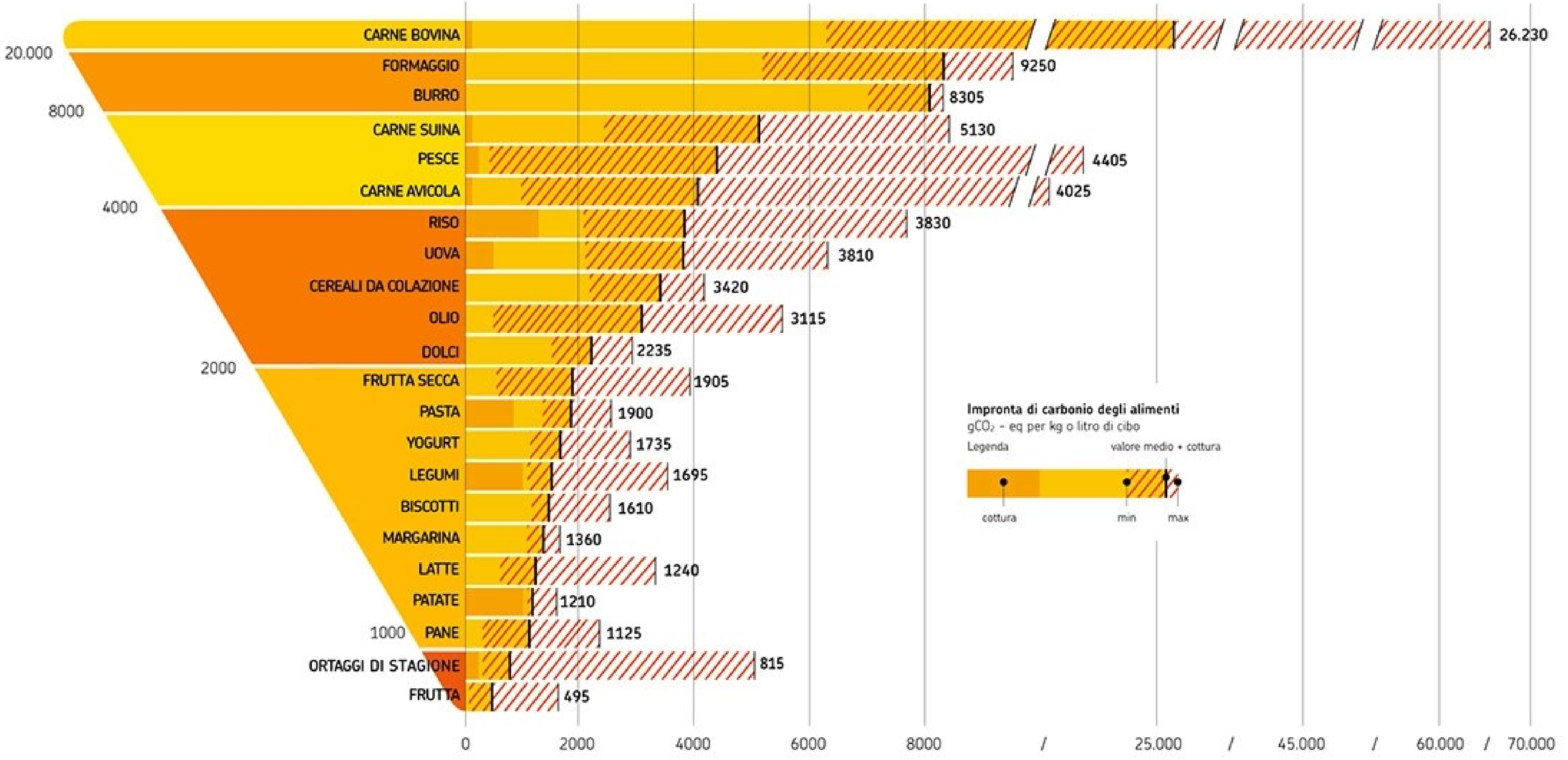


Orto Botanico di Bergamo Lorenzo Rota

Impronta di carbonio

L'impronta di carbonio *(carbon footprint)*: rappresenta le emissioni di gas serra responsabili dei cambiamenti climatici ed è misurata in massa di CO_2 equivalente.

Orto Botanico di Bergamo Lorenzo Rota



©BCFN FOUNDATION

Orto Botanico di Bergamo Lorenzo Rota

IMPATTO MENU CON CARNE

33 global m^2

5664 g CO_2 eq

4707 litri

MENU CON CARNE

2031 kcal totali

PROTEINE
15%

GRASSI
27%

CARBOIDRATI
58%

Colazione	Spuntino	Pranzo	Spuntino	Cena
1 Bicchiere di latte 5 Fette biscottate Marmellata	1 Frutto	1 Pizza margherita 1 Porzione di ortaggi crudi Olio	1 Frutto	1 Filetto di manzo Olio 1 Porzione di insalata rucola e pomodori 1 Frutto Pane

Orto Botanico di Bergamo Lorenzo Rota

IMPATTO MENU VEGETARIANO

17,2 global m^2

2550 g CO_2 eq

2828 litri

MENU VEGETARIANO

2016 kcal totali

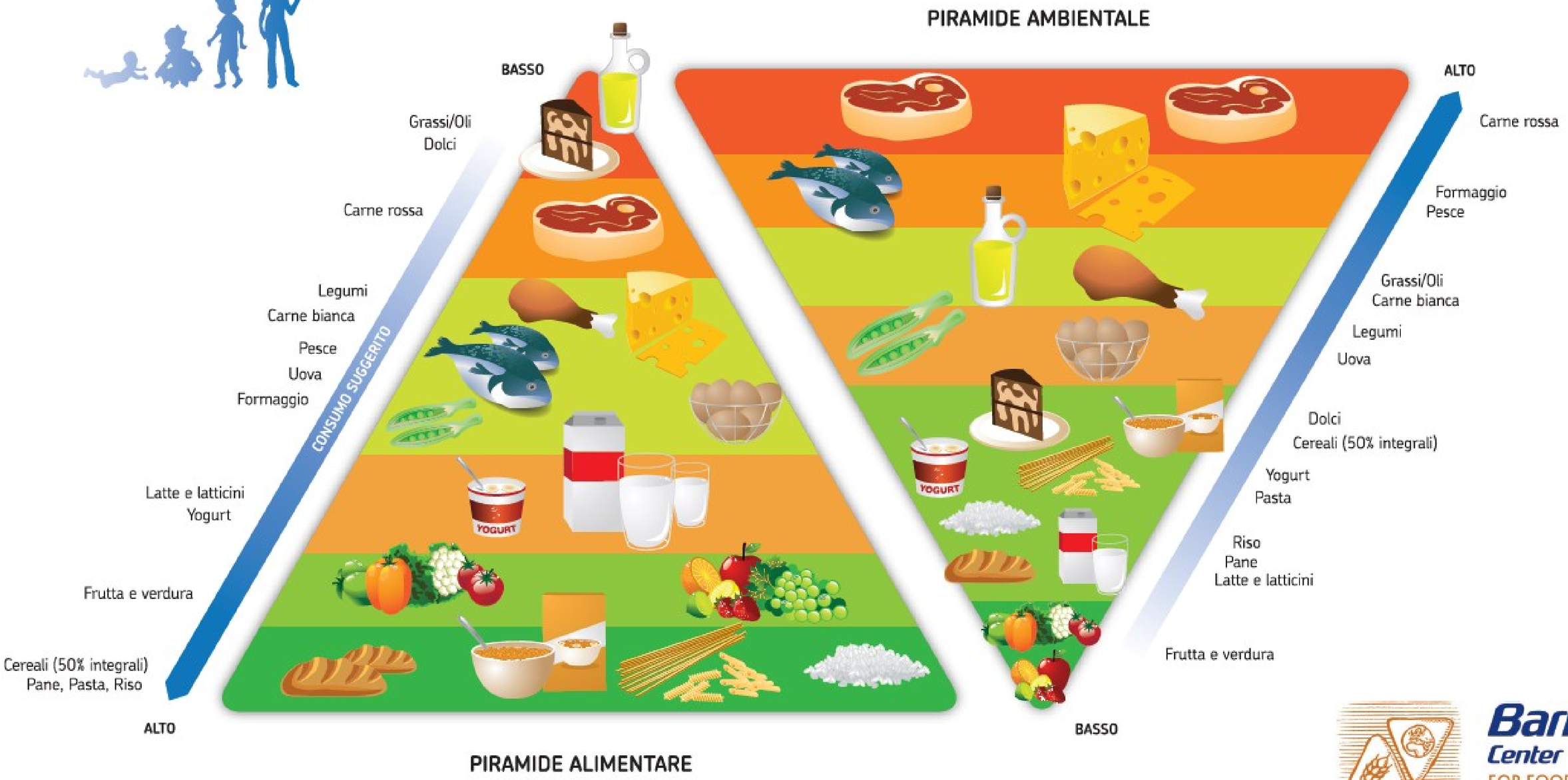
PROTEINE
14%*

GRASSI
32%*

CARBOIDRATI
55%*

Colazione	Spuntino	Pranzo	Spuntino	Cena
1 Bicchiere di latte 5 Fette biscottate Marmellata	1 Frutto 1 Pacchetto di Cracker	1 Porzione di Casarecce Siciliane con finocchietto 1 Porzione di sformato di zucca e porri 1 Porzione di ortaggi crudi Olio Pane	1 Frutto	1 Porzione di crema di ceci 1 Porzione di fagiolini e patate al vapore con scaglie di grana 1 Frutto

Buono per noi, buono per il pianeta



Barilla Center FOR FOOD & NUTRITION

© BCFN 2011

Cosa possiamo fare noi?

Orto Botanico
di Bergamo
Lorenzo Rota

Cosa possiamo fare noi?

Scelte alimentari consapevoli e sostenibili per attenuare gli effetti del cambiamento climatico

Orto Botanico di Bergamo Lorenzo Rota

Cosa possiamo fare noi?

Scelte alimentari consapevoli e sostenibili per attenuare gli effetti del cambiamento climatico

un piatto di carne in meno la settimana porterebbe gli stessi benefici di tre milioni e mezzo di auto in meno sulle strade in un anno

Orto Botanico di Bergamo Lorenzo Rota

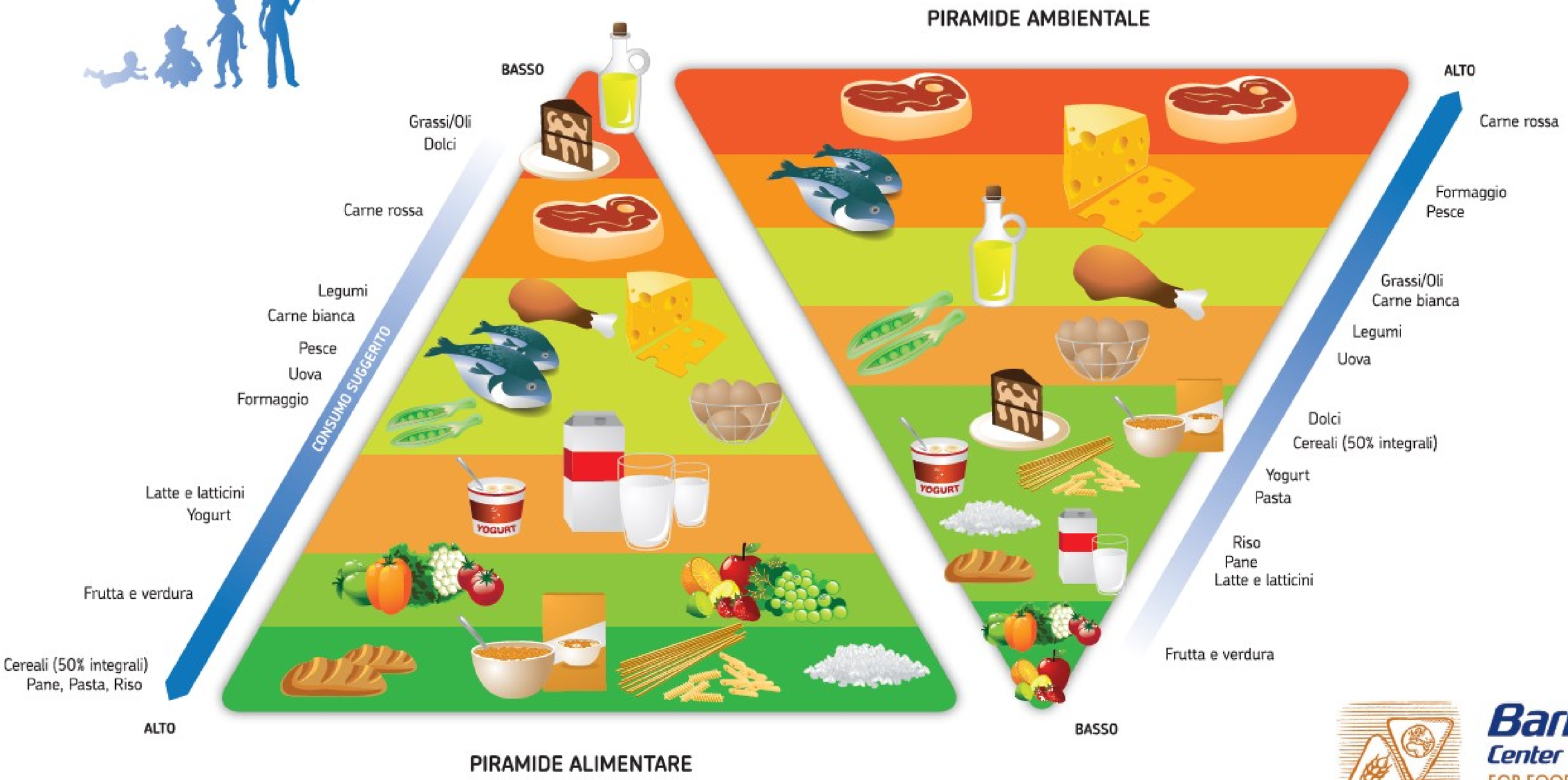
Cosa possiamo fare noi?

Alimentazione sostenibile:

le diete sostenibili sono quelle a basso impatto ambientale che contribuiscono alla sicurezza alimentare e nutrizionale. Ma non è tutto. Per essere davvero sostenibili le diete devono anche essere **rispettose della biodiversità e degli ecosistemi**, oltre che accessibili ed economicamente eque e convenienti. In altre parole sicure e sane, per l'uomo e per il pianeta.

Orto Botanico di Bergamo Lorenzo Rota

Buono per noi, buono per il pianeta



Barilla Center FOR FOOD & NUTRITION

© BCFN 2011

Tocca a voi!

Pensate a qualche cambiamento nella vostra alimentazione quotidiana per aiutare il nostro Pianeta.

Orto Botanico di Bergamo Lorenzo Rota

Grazie per l'attenzione!