



# IL GIORNALE DI MINIMO IMPATTO

---

NUMERO 03 | GIUGNO 2019

---

Ecostoviglie' stories:  
scoprite Aromaticus  
e Maybu  
**Pag. 04**

---

L'acqua non è un  
bene infinito:  
10 idee salva acqua  
**Pag. 20**

---

Stili di vita a Minimo  
Impatto, consigli per un  
pic-nic ecosostenibile  
**Pag. 22**

# Sei già a minimo impatto?

Da più di 10 anni proponiamo stoviglie  
100% biodegradabili e compostabili.

VISITA I NOSTRI SITI:

[www.minimoimpatto.com](http://www.minimoimpatto.com)

[www.ecostoviglie.com](http://www.ecostoviglie.com)

## Editoriale

Giuseppe Avolivolo

## Articoli di

Letizia Palmisano

Valeria Morelli

Nina Giacotti

## Fotografie

Adobe stock

Vegware

## Contatti

Minimo Impatto Srl

Via Pier Paolo Pasolini, 1

00065 Fiano Romano - Roma

[www.minimoimpatto.com](http://www.minimoimpatto.com)

## Seguici su



© Il Giornale di Minimo Impatto. Tutti i diritti sono riservati. I contenuti non possono essere riprodotti o copiati senza autorizzazione.

Stampato da  
Pixartprinting  
su **carta riciclata**

# EDITORIALE

---

## La rivoluzione Plastic Free



La rivoluzione plastic free è partita. Così rispondo a chi mi chiede cosa ne penso di tutte le campagne di informazione o le scelte radicali che le istituzioni stanno concretamente portando avanti.

C'è chi forse si stupisce, ma sono anni che io e chi lavora con me a minimo impatto attendevamo di vedere finalmente la miccia di accensione di **una vera e propria rivoluzione**.

A minimo impatto abbiamo iniziato a capire, più di dieci anni fa, che il Pianeta presto sarebbe andato in **overbooking di plastica** e lo abbiamo compreso quando ancora potevi fare il bagno a mare senza avere un piede "intrappolato" in una busta di plastica, quando ancora non giravano frequentemente immagini di tartarughe e balene con gli stomaci pieni di questo materiale.

Allora non vi erano nemmeno studi sulle presenze di microplastiche in pesci e molluschi che finiscono poi sulle nostre tavole. Ma per noi era già chiaro che dovevamo fare in fretta nel delineare alternative per mettere a dieta le pattumiere e trovare prodotti monouso eco-compatibili.

Grandi input sono arrivati dall'Europa che ha previsto, progressivamente, di mettere al bando molti prodotti di plastica monouso, ma tantissimo ha fatto anche l'Italia, Paese precursore e "apripista" in questa lotta. Primi furono gli shopper, poi i sacchetti dell'ortofrutta, seguiti dai cotton fioc e dalle microplastiche per uso cosmetico (dal prossimo gennaio 2020).

Importanti iniziative sono state quelle dei comuni e delle isole che hanno vietato le stoviglie monouso di plastica. E lo stesso ha fatto il ministero dell'ambiente che oggi è 100% plastic free. Da lì gli esempi non sono mancati. Come nel caso delle università che si sono date l'obiettivo di eliminare la plastica dagli atenei.

Poi ci sono loro: i ristoratori, baristi, gestori di catering e organizzatori di sagre. Dalla spinta con le **ecofeste** promosse in alcune regioni, a una raccolta porta a porta dell'organico eccellente in diversi comuni, gli input a fare la propria parte non sono mancati.

Come anche la consapevolezza sul fatto che **oggi, se si vuole, si può** davvero ridurre l'uso della plastica monouso. Ce lo chiede la natura, il mare, lo chiediamo noi che **siamo genitori della futura generazione**.

La buona notizia è che si può, la news eccezionale è che **la rivoluzione è già partita** e confidiamo vada oltre i confini nazionali ed europei e sia contagiosa in tutto il Pianeta.

Editoriale 03

Ecostoviglie' Stories 04

Chi è Minimo Impatto 06

Alimentazione a Minimo Impatto 10

Una favola #Plasticfree 12

Spreco alimentare: come combatterlo 18

10 idee salva acqua 20

Picnic ecosostenibile 22

Il MATER-BI® e la storia di Ecozema 24

Street food a Minimo Impatto 28

# ECOSTOVIGLIE' STORIES

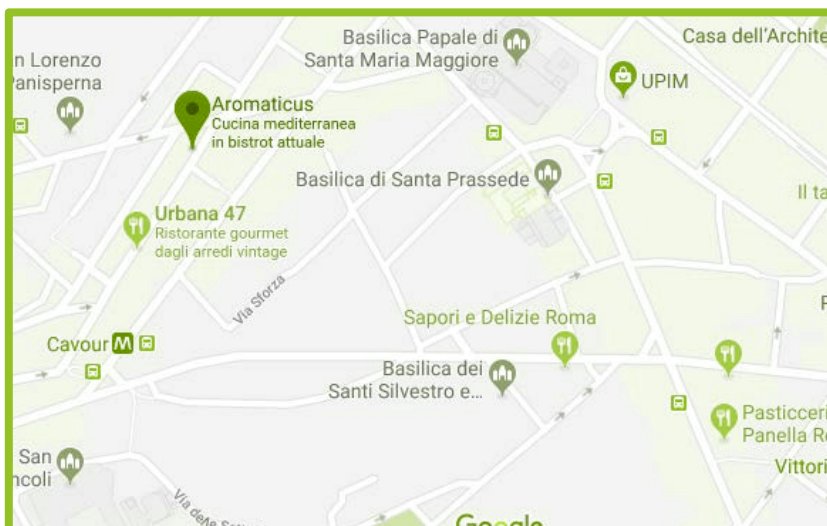
## Aromaticus

*Ristoranti ecosostenibili:  
le storie di chi sceglie le  
Ecostoviglie*

### Chi è Aromaticus



Aromaticus è una piccola bottega nel cuore di Monti che ospita al suo interno un negozio di piante aromatiche e giardinaggio urbano e un bistrot che propone cucina naturale dal 2011. L'idea, di Francesca Lombardi

e Luca De Marco, nasce una sera d'estate su un terrazzo invaso da rosmarini, lavande e mente, con la volontà di aiutare le persone a scoprire modi più sani, sostenibili e consapevoli di mangiare.



**AROMATICUS**

#### Social network

-  aromaticus
-  aromaticusroma

**WWW.AROMATICUS.IT**

#### Dove siamo

Via Urbana, 134 - 00184 | Roma  
+39 345 968 5099

# ECOSTOVIGLIE' STORIES

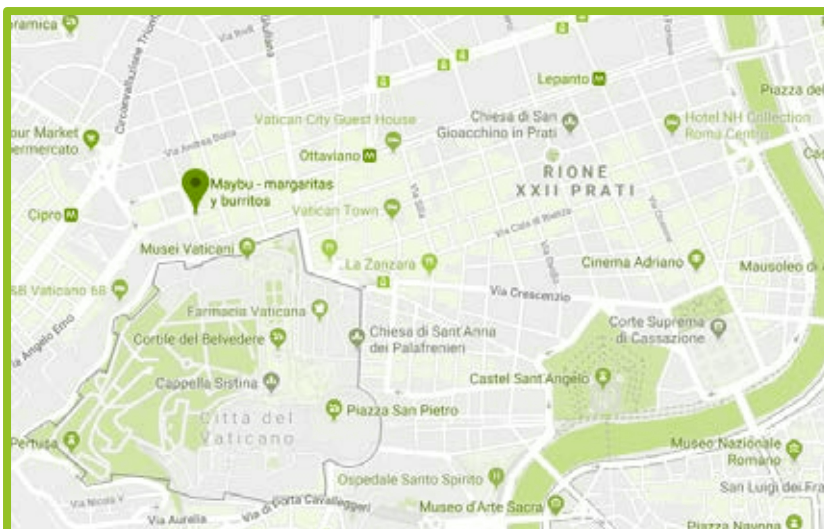
## MAYBU - Margaritas y Burritos

*Ristoranti ecosostenibili:  
le storie di chi sceglie le  
Ecostoviglie*

### Chi è MAYBU

MAYBU (diminutivo di Margaritas y Burritos) è un locale che offre fast-food messicano che si propone di offrire uno street food in chiave gourmet, preparato con cura e attenzione alla qualità delle materie prime servito in un packaging pratico e ben studiato. "Green" è la parola d'ordine del locale, che non solo gioca con questo colore attraverso la carta da parati e i complementi d'arredo ma che rappresenta la sua stessa filosofia. Packaging e stoviglie, infatti, sono ecosostenibili e realizzate con materiali completamente riciclabili e

fornite dall'azienda italiana leader del settore Minimo Impatto. L'idea di utilizzare prodotti "green" è venuta al figlio della chef, reduce da un'esperienza lavorativa in Laos. In questo paese infatti, ci racconta Gianluca, "I bambini sono soliti andare a scuola e avvolgere la loro merenda in grandi foglie verdi, la plastica non è un'opzione perché troppo cara. In questo modo, una volta finita la merenda, nonostante i rifiuti fossero gettati a terra, le strade sono sempre pulite o, al massimo, piene di foglie".



### Social network

 mayburoma

 mayburoma

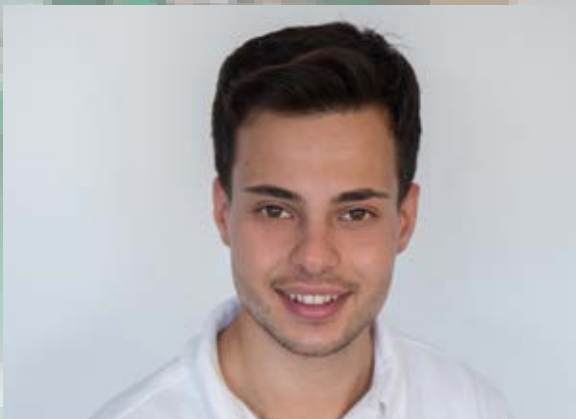
[WWW.MAYBU.IT](http://WWW.MAYBU.IT)

### Dove siamo

Via Candia, 113 - 00192 | Roma  
+39 06 6941 6108

# CHI È MINIMO IMPATTO?

L'azienda si racconta con una breve intervista.



**EMANUELE**

UFFICIO COMMERCIALE

**Anche nel caso delle ecostoviglie ce ne sono alcune "di stagione" Quali sono i prodotti più venduti nel periodo estivo?**

Estate vuol dire innanzitutto giornate molto lunghe da passare all'aperto, gite fuori porta e ovviamente la stagione di matrimoni e grandi eventi. Visto che il beltempo caratterizza questi mesi non mancano le feste all'aperto. Le linee quindi "di stagione" son sicuramente tutte quelle del take away per le scampagnate (ad esempio cibi confezionati in scatole porta pranzo e i kit posate bis e tris) o le linee elegance, o l'elegante set di stoviglie finger food per impreziosire le occasioni più importanti anche quando si usano ecostoviglie monouso. Ad ognuno la sua personalizzazione!

**Vi è qualche novità particolare degli ultimi periodi?**

Una curiosità riguarda le doggy bag. Infatti sono sempre più le feste nelle quali, insieme ai saluti, si usa dare agli ospiti alla fine anche un avanzo di qualche prelibatezza. Meglio se in una eco-vaschetta in polpa di cellulosa. In fondo chi non farebbe il bis della torta nuziale anche il giorno dopo a colazione?



**CLAUDIO**

UFFICIO ORDINI

**Chi non ha mai ordinato i prodotti via e-commerce ha sempre molte domande. Come funziona la procedura d'acquisto online?**

Molti clienti ci contattano perché vedono i nostri prodotti sui siti [www.minimoimpatto.com](http://www.minimoimpatto.com) e [www.ecostoviglie.com](http://www.ecostoviglie.com) e chiedono se proseguire con un ordine online o se vada completato in via telefonica. I nostri portali sono pensati per poter garantire al cliente di effettuare preventivi e ordini completamente in maniera autonoma. La compilazione dell'ordine direttamente dai nostri e-commerce è molto veloce e snella perché il cliente ritrova tutte le informazioni necessarie sul nostro portale ogni volta che accede. Nella scheda cliente è possibile, in maniera molto semplice, indicare anche i propri dati di fatturazione e le specifiche per la spedizione. E ovviamente cambiarli all'occorrenza. Grazie ai portali possiamo coprire l'Italia e l'estero.

**E se il cliente preferisse "incontrare l'azienda"?**

Nei casi laddove sia possibile, se se ne fa richiesta, il cliente può essere seguito da un nostro referente di zona e accompagnato nell'acquisto oppure ricevuto in azienda per visionare i prodotti. In tutti i casi siamo disponibili all'invio di campionature su richiesta del cliente per testare il prodotto, avere un rapido feedback e seguire anche a distanza tutte le esigenze del cliente.

## PIATTI VEGANI

---

*Sempre più consumatori richiedono un'opzione vegana nel menù, quale miglior modo di servire gustosi piatti a base di frutta verdura e legumi se non in contenitori realizzati in materiali di origine vegetale rinnovabile?*





I piatti in polpa di cellulosa realizzati con la canna da zucchero offrono una validissima alternativa ecologica ai piatti monouso in plastica







Che tu stia servendo una Acai bowl per colazione (foto in alto a sinistra) o una ricca insalata mista per pranzo (foto in alto a destra) o un burrito per cena (foto in basso) puoi scegliere un packaging **biodegradabile** e **compostabile** realizzato con materiali di origine vegetale **rinnovabile**.



# LA SOSTENIBILITÀ VIEN MANGIANDO!

Perché un'alimentazione a minimo impatto si può!



A cura di Valeria Morelli – Comunicazione & Digital PR

 @Vallina80  Valeria Morelli 2.0



Vi siete mai chiesti, nell'era dell'antropocene e riscaldamento globale, cosa possiamo fare concretamente per il nostro pianeta e soprattutto avete mai pensato di **poter fare la differenza portando il cibo "giusto"** sulla vostra tavola? Ebbene sì, anche con l'alimentazione possiamo aiutare la nostra Terra a star meglio.

Le modalità con cui produciamo e consumiamo il cibo, infatti, sono tra i fattori responsabili, dei cambiamenti che il pianeta sta subendo. Basti pensare che produrre cibo ha dei costi altissimi e non stiamo parlando di quelli economici ma di impatto ambientale. All'ordine del giorno si registrano **sprechi idrici legati all'agricoltura e all'allevamento** per non parlare dei terreni che, a causa di coltivazioni intensive, non hanno la possibilità di rigenerarsi fino ai **problemi legati alle emissioni di gas serra e all'utilizzo di pesticidi chimici e antibiotici**.

Per questo ogni giorno è necessario **scegliere consapevolmente** il cibo che portiamo sulle nostre tavole. Questo deve essere in grado di garantire un adeguato fabbisogno nutrizionale per gli individui ma allo stesso tempo deve essere sostenibile per il nostro pianeta.



## Qual è il cibo giusto?

Innanzitutto, bisogna **acquistare prodotti locali** riducendo ai minimi termini i passaggi tra produttore e consumatore. Più lungo è il viaggio che un alimento fa per raggiungere la nostra tavola maggiore è l'inquinamento, i consumi di energia e le emissioni di gas serra associate.

---

### Più lungo è il viaggio Maggiore è l'inquinamento

---

Pensate all'ananas o più in generale ai frutti tropicali, questi prima di arrivare nel nostro carrello della spesa subiscono un processo di conservazione, di confezionamento e poi vengono trasportati. Tutto questo ha un prezzo salato per l'ambiente. Da non sottovalutare, poi, anche il fatto che **privilegiare prodotti tipici e varietà nostrane** significa anche preservare la nostra agrobiodiversità. Altro importantissimo consiglio è quello di mangiare frutta e verdura di stagione.

---

### Frutta e verdura di stagione: più buona ed economica

---

Questi, soprattutto se locali, arrivano in poco tempo sulle nostre tavole e mantengono praticamente inalterato il loro contenuto di vitamine e nutrienti.

Spesso hanno anche un impatto ambientale inferiore (visto che i prodotti fuori stagione richiedono spesso serre e maggior energia per "riprodurre" il loro habitat). Per non dire che sono più buoni ed economici rispetto ai prodotti fuori stagione.

Vi siete mai chiesti il costo ambientale di un pomodoro coltivato in serra? Le emissioni sono 60 volte superiori a quelle della coltivazione in campo (WWF).

Quindi **impariamo dalle nostre nonne** in estate prepariamo le conserve di pomodoro per fare il sugo e durante i mesi invernali invece di mangiare pomodori preferiamo altre **buonissime verdure stagionali**.

Inoltre, cerchiamo di privilegiare l'acquisto di prodotti biologici. L'agricoltura biologica ci consente di portare nei nostri piatti non solo cibi più sani e saporiti ma di ridurre l'impatto ambientale delle attività produttive. La stessa si basa, infatti, sul rispetto dei processi ecologici, delle risorse (suolo e acqua) e della biodiversità, a questo va aggiunto l'eliminazione dell'uso di sostanze chimiche di sintesi (concimi, diserbanti, insetticidi, pesticidi, antibiotici). È vero questi prodotti hanno un costo maggiore ma la nostra salute sicuramente ci guadagnerà!

Ricordiamoci quindi che:

*"Per tutti gli esseri il cibo è necessario per vivere, ma la qualità, la quantità e la tipologia di questo cibo possono influire molto sullo stato di salute, sia nostro sia dell'ambiente"* (WWF).

**Impariamo a mangiare a Minimo Impatto!**



# UNA FAVOLA #PLASTICFREE

## Storia di una piccola balena morta che insegnò a un villaggio l'importanza di ripulire i mari



Intervista a cura di Letizia Palmisano – Giornalista Ambientale

 @Leti\_Palmisano | [www.letiziapalmisano.it](http://www.letiziapalmisano.it)



*L'8 giugno si celebra la giornata mondiale degli oceani. Tra gli "abitanti" più a rischio vi sono le Balene. Un'occasione per riprendere in mano insieme a mio figlio il libro "Finn e la balena" e penso che, anche stavolta, mi commuoverò prima di arrivare a leggere l'ultima pagina.*



Francesca Greco - Artista

**Francesca, come nasce questo bellissimo libro?**

È nato di getto, un impulso, una reazione ad una storia molto triste. L'anno scorso ho visto un documentario in cui si parlava di uno zifio, un piccolo e raro cetaceo – che, in inglese, si chiama Beaked Whale – arrivato nelle acque di un porticciolo tra i fiordi

norvegesi a largo di un'isola remota anche lei piccola e con un nome esotico, Sotra. La sorpresa dell'avvistamento e l'entusiasmo della gente si sono ben presto però trasformati in una triste consapevolezza: lo zifio sarebbe morto di lì a poco.

**Hanno scoperto perché è morto?**

Era malato e denutrito. Dall'autopsia è emerso che il suo stomaco conteneva una quantità di rifiuti incredibile: pensate che son stati estratti 30 sacchi di plastica (il più lungo dei quali di ben 2 metri, ndr). Sappiamo bene che non si tratta di un caso isolato: è di pochi giorni fa la notizia di un altro capodoglio spiaggiato – al quale hanno dato il nome di Leopoldo – che aveva ingerito moltissima plastica. Una storia che continua a ripetersi.

**Cosa ha fatto nascere in te la decisione di raccontare una storia ispirata allo zifio norvegese?**

La balena è un animale che, per me, ha un fascino enorme: maestosa, libera e signora di un mondo misterioso e sconosciuto. Tuttavia è un animale oggi in pericolo.

La foto di quei sacchetti colorati disposti in fila sul molo è una immagine che è rimasta impressa nella mia memoria e mi ha spinto prima a cambiare le mie abitudini quotidiane e poi a decidere di realizzare il libro, per dare il mio personale contributo per cercare, attraverso quello che so fare, di trasmettere un messaggio. Per questo nel libro l'immagine dei sacchetti è diventata una delle illustrazioni più importanti, perché è un ponte diretto fra la realtà e l'immaginazione.

### La tua storia è rivolta in primis ai bambini...

Volevo parlare delle balene e del pericolo che corro. Ho evitato di descrivere l'immagine della balena eutanizzata, per pietà, con un colpo di fucile, quando i soccorritori avevano capito che non c'era più nulla da fare e che la balena stava soffrendo enormemente. Nonostante abbia inserito degli elementi di fantasia (come il bambino Finn), la storia ispirata allo Zefio spiaggiato non poteva che rimanere triste perché narra un fatto vero e ai bambini andava raccontato in quanto, anche se tragico, fa parte della vita. Bisogna sapere solo come farlo.

### Triste sì ma con la voglia di lanciare un forte messaggio...

Io credo che qualcosa si possa e di debba ancora fare: si deve invertire la rotta finché siamo in tempo. Io faccio parte di una generazione cresciuta con la plastica: la trovo nei giocattoli, nei palloncini, nei piatti delle feste di compleanno e nelle bottigliette. Ne abbiamo usata troppa e con eccessiva leggerezza e, per questo, credo che sia importante parlare ai bambini e aiutarli a sviluppare una nuova consapevolezza.

### Per chi non ha ancora sfogliato il libro, ti va di raccontarcelo?

Finn e la Balena è un Silent Book ovvero un libro senza parole: racconta una storia di mare che parla a tutti, starebbe stretta in una sola lingua e, solo grazie alle immagini, permette di essere dav-



vero universale. Racconta di Finn, un bambino che abita sul fiordo e ha un sogno: incontrare un giorno una balena. Tutte le mattine si imbarca quindi con il suo papà sul suo peschereccio, per cercarla con il binocolo tra le onde. Sotto la superficie la balena segue loro e le reti piene di pesce. Dalla barca, però, non notano né lei né le buste e le bottiglie di plastica trasportate dalle correnti e che lei mangia scambiandole per calamari e meduse.

Quando, alla fine, Finn incontrerà la sua balena, la realtà sarà molto diversa da come l'aveva immaginata e lo toccherà profondamente. Cambierà la sua vita e quella di tutti gli abitanti del fiordo: tutti i pescatori usciranno insieme in mare per gettare le reti e cercare di ripulire le acque e averne cura.

### Quindi c'è un pizzico di fantasia anche nel finale?

No, non è solo una speranza: gli abitanti di Sotra si misero immediatamente in moto per ripulire mare e terra con tutte le loro energie dando vita a un movimento che ha visto arrivare gente da tutto il mondo per ripulire. L'immagine delle reti di pescherecci piene di plastica è fantasiosa e realistica allo stesso tempo. Fra i contenitori di plastica recuperati c'erano anche molti esemplari che prima venivano separati dal pesce e rigettati in mare. Ora, invece, si cerca di attivare un circuito che consenta di raccogliere e riciclare questi rifiuti togliendoli, una volta per tutte, dall'acqua.

---

## Sta a noi tutti evitare che il mare divenga una enorme pattumiera

---

Come ricorda la postfazione di Legambiente “ (...) la piccola balena con la sua storia mette in evidenza le nostre responsabilità e ci fa riflettere su cosa possiamo fare per recuperare un equilibrio che sarebbe un errore credere perduto per sempre”.



# PER ESSERE UNA “ECOSPIAGGIA PER TUTTI”

## Stabilimenti balneari sostenibili e inclusivi: Parte "Ecospiagge per tutti"

A cura di Valeria Morelli 2.0



È stato presentato, durante la fiera nazionale Balnearia 2019 a Carrara, il marchio “Ecospiagge per tutti”. L’iniziativa nasce dalla collaborazione tra Legambiente e Village for all, società che da anni si occupa di ospitalità accessibile, per dare un riconoscimento e valorizzare chi fa del rispetto dell’ambiente e della cura dell’ospite il segno distintivo del proprio lavoro.

Il nuovo contrassegno verrà concesso dalla prossima estate, come detto nel comunicato stampa, a tutti gli stabilimenti balneari che si saranno impegnati nell’adottare misure di sostenibilità ambientale e di strumenti che garantiscano adeguati standard di accessibilità e di ospitalità per persone con disabilità, senior, famiglie con bambini piccoli, intolleranze alimentari e, più in generale, ospiti con esigenze speciali. Non un semplice contrassegno ma una vera e propria filosofia da adottare nella gestione degli stabilimenti al fine di garantire a tutti di vivere la spiaggia in modo autonomo, sereno e nel rispetto dell’ambiente. Da anni ormai Legambiente e Village for all combattono in questa direzione, ma ancora troppo poco si era fatto. Ci si augura quindi che questa iniziativa sia un input affinché le cose possano migliorare in fretta.

### Quali sono le regole per essere una “Ecospiaggia per tutti”?

Il disciplinare di “Ecospiagge per tutti” fornisce delle linee guida agli stabilimenti volte ad indirizzarli verso la sostenibilità e l’inclusività. Sono dieci i principi cardini che gli stessi dovranno mettere in pratica per ottenere il marchio:

**Rifiuti:** Raccolta differenziata, riduzione della produzione dei rifiuti, riutilizzo e resa degli imballi. **Energia:** tecnologie per il risparmio energetico, efficientamento, energia da fonti rinnovabili. **Acqua:** risparmio idrico; riduzione dell’utilizzo di sostanze chimiche per le pulizie, recupero acque meteoriche. **Alimentazione e gastronomia:** alimenti bio, a km zero, per celiaci e vegani; prodotti tipici e piatti della tradizione. **Mobilità sostenibile:** promozione dei mezzi di trasporto pubblico e dell’utilizzo di mezzi ecologici, informazioni su mobilità sostenibile nell’area. **Accessibilità e Inclusione:** libero accesso alla battigia per tutti clienti e non; attenzione alle esigenze di persone con disabilità motoria, sensoriale, cognitivo/comportamentale, senior, famiglie con bambini piccoli e di chi ha allergie alimentari. **Acquisti eco-sostenibili:** prediletti prodotti con certificazioni di eco-sostenibilità, con poco imballo, riutilizzabili, riciclabili e a rendere. **Patrimonio naturale e culturale:** promozione dei beni culturali e naturali; informazione su eventi culturali e manifestazioni tradizionali. **Rumore:** contenuto nelle arre di pertinenza, soprattutto nelle ore notturne. **Comunicazione:** coinvolgimento di turisti e dipendenti nella realizzazione dei comportamenti indicati nel presente decalogo.

**Buon Ecospiaggia a tutti!**

# *I multiuso indispensabili*



## **ACIDO CITRICO**

*Multiuso naturale*

L'acido citrico è un prodotto ecologico capace di sciogliere e rimuovere il calcare da qualsiasi superficie o tessuto. Sostituisce numerosi prodotti chimici: **AMMORBIDENTE BRILLANTANTE E ANTICALCARE**



## **PERCARBONATO DI SODIO**

*Additivo naturale sbiancante e igienizzante*

Il Percarbonato di sodio naturale è il sostituto ecologico degli sbiancanti chimici inquinanti. Attivando naturalmente ossigeno durante il lavaggio, elimina le macchie, sbianca ed igienizza anche a basse temperature. Sicuro e non inquinante. Da aggiungere ad ogni lavaggio.

### **ECODETERSIVI CONCENTRATI NATURALI**

**Naturali:** Sono ingredienti attivi naturali e minerali che agiscono in modo efficace rispettando l'ambiente e la persona.

**Ecologici:** Biodegradabili, a basso impatto ambientale

**Concentrati:** Solo principi attivi, elementi funzionali ed essenze ipoallergeniche sicure

**Senza chimica nociva:** una scelta precisa. Senza sbiancanti ottici, conservanti, derivati del petrolio e senza nessuna sostanza o inquinante o pericolosa.

Acquistali su:

**WWW.MINIMOIMPATTO.COM**

---

# LOGGALLE

## A MINIMO IMPATTO

---

QUESTO LOCALE UTILIZZA

PACKAGING ECOSOSTENIBILI





REALIZZATI CON

MATERIALI DERIVANTI DA

**FONTI RINNOVABILI**



PRODOTTI ECOLOGICI PER LA RISTORAZIONE

[WWW.ECOSTOVIGLIE.COM](http://WWW.ECOSTOVIGLIE.COM)  
[WWW.MINIMOIMPATTO.COM](http://WWW.MINIMOIMPATTO.COM)



# SPRECO ALIMENTARE

---

## Come combatterlo partendo dalla nostra cucina!

A cura di Valeria Morelli 2.0



*Nel mondo 815 milioni di persone soffrono la fame e 1 persona su 3 è malnutrita, questi sono dati emersi dal progetto Reduce, promosso dal Ministero dell'Ambiente con l'Università di Bologna – Distal, ma da questa stessa ricerca è risultato anche che 1 persona su 8 soffre di obesità.*

Lo spreco alimentare costituisce un vero e proprio paradosso inaccettabile dei nostri tempi se si pensa che nel mondo da un lato si spreca oltre un terzo del cibo prodotto (di cui almeno l'80% sarebbe ancora consumabile) e dall'altro nei prossimi anni vi sarà la necessità di incrementare la produzione alimentare del 60-70% per nutrire una popolazione sempre crescente. Se ciò non bastasse a dimostrare che si tratta di un fenomeno intollerabile aggiungiamo anche che lo spreco di cibo è dannoso per il nostro Pianeta. Infatti, con il cibo buttato vengono sprecati terra, acqua ed energie che sono stati necessari per la sua produzione. L'ambiente è stato quindi sfruttato invano. Ridurre questo spreco significherebbe quindi salvare anche il nostro pianeta.

### **Cattiva gestione del cibo a livello domestico**

Quando avviene il più grande spreco di cibo? Sono due le fasi principalmente incriminate quella della distribuzione e quella del consumatore. Concentrandoci su quest'ultima possiamo affermare che la cattiva gestione del cibo, a livello domestico, ci porta a comprare più di quello che possiamo mangiare con la conseguenza che ciascuno di noi getta nella spazzatura qualcosa come 37 kg annui di alimenti. Cosa possiamo fare per invertire questa tendenza e mettere a dieta la pattumiera?

---

### **Il miglior rifiuto è quello che non viene prodotto**

La nostra premessa è sempre quella che il miglior rifiuto è quello che non viene prodotto ma qualora dopo questi consigli si siano comunque prodotti scarti alimentari, ecco l'ultimo suggerimento: il compost! La frazione umida, ovvero gli scarti di cucina e le potature delle vostre piante, possono tornare ad avere nuova vita sotto forma di un terriccio dall'alto potere fertilizzante. Qualora aveste un giardino o un ampio terrazzo, potreste organizzare una compostiera fai da te. In molti comuni è inoltre attiva la raccolta differenziata dell'umido. Tutto questo consentirà che ciò che arriva dalla terra vi possa ritornare.

## Ecco alcuni pratici consigli per non sprecare il cibo!

- 1) Pianificare un menù settimanale, prediligendo **prodotti locali, freschi e di stagione**.
- 2) Fare sempre una **lista** dettagliata della spesa (indicando anche le quantità necessarie).
- 3) Prediligere l'acquisto di **prodotti alla spina** (sfusi) in modo da poter comperare solo quanto effettivamente ci serve.
- 4) Leggere attentamente le **etichette** dei prodotti facendo molta attenzione alla data di scadenza.
- 5) Usare **frigo, freezer e dispensa** in modo razionale e non stiparli alla rinfusa.
- 6) Fare molta attenzione alle **modalità di conservazione dei cibi**. E ricordatevi che se il cibo è fresco poi potrete congelare gli avanzi.

7) Cucinare solo **quanto basta**. E se dovesse avanzare del cibo?

8) Utilizzare il web! Ci sono tante ricette **antispreco** per riciclare il cibo avanzato.

9) In occasione di feste invitate gli ospiti a **portare via con loro parte del cibo avanzato**, magari utilizzando le famose **doggy-bag**. Sul mercato ve ne sono di molto carine ed ecosostenibili.

10) **Non sprecare l'olio!** Un litro di olio versato nel lavandino rende non potabile fino ad un milione di litri d'acqua! Se correttamente recuperato (ad esempio in bottiglie di vetro) e conferito nei centri di raccolta potrà addirittura essere rigenerato!

Fonti:

<http://www.oneplanetfood.info/sprechi-alimentari>

<http://www.fao.org/news/story/it/item/1165243/icode>

[https://www.adnkronos.com/sostenibilita/risorse/2018/10/15/regole-contro-spreco-alimentare\\_Bxy40GytQt4LjIYIcsuPL.html?refresh\\_ce](https://www.adnkronos.com/sostenibilita/risorse/2018/10/15/regole-contro-spreco-alimentare_Bxy40GytQt4LjIYIcsuPL.html?refresh_ce)



# L'ACQUA: NON È UN BENE INFINITO!

Ecco alcuni consigli per imparare a non sprecarla.



L'Italia è un Paese molto fortunato. Da noi vi è davvero abbondanza di acqua. Per questo **molte persone hanno l'erronea percezione che l'acqua sia un bene infinito**, ma purtroppo per noi non è così. E anche la nostra ricchezza idrica negli ultimi anni ne ha iniziato fortemente a risentire. Vi sono poi zone nel mondo dove la carenza di acqua potabile genera gravi problemi igienico-sanitari e dove spesso questa mancanza si paga anche con la vita. Provate ad immaginate di trascorrere un giorno senza acqua e senza la possibilità di procurarvela, come stareste? L'acqua quindi è un bene esauribile, un bene talmente prezioso che alcuni la definiscono (giustamente) "l'oro blu".

Noi in Italia siamo sicuramente dei privilegiati se si pensa che il nostro Paese vanta di avere uno dei territori al mondo con più disponibilità di risorse idriche anche se queste variano a seconda delle zone, il fatto però di essere geograficamente fortunati non deve essere un invito a sprecare, anche perché la situazione nel prossimo futuro potrebbe peggiorare.

Secondo dati ISTAT riferiti al 2017 in Italia non solo è andato disperso il 41,4% dell'acqua potabile immessa nelle reti di distribuzione che non ha mai raggiunto gli utenti finali, ma ciascuno di noi ha consumato su base annua 156 metri cubi di acqua potabile.

Quindi da un lato si necessitano degli interventi alle infrastrutture ma dall'altro anche noi possiamo fare la nostra parte facendo attenzione ai nostri gesti quotidiani: a volte sprechiamo acqua senza neanche rendercene conto ad esempio quando ci laviamo i denti oppure facciamo la doccia o semplicemente laviamo le nostre stoviglie.



---

## Cosa possiamo fare per ridurre lo spreco di acqua?

---

Partiamo da piccoli gesti quotidiani che a noi non costano nulla in termini di confort per la nostra vita ma che anzi oltre ad aiutare il Pianeta ci potranno far risparmiare sui costi della bolletta.

**Ecco quindi 10 consigli che possiamo mettere in pratica ogni giorno:**

**1) Chiudere il rubinetto** mentre ci si lava i denti oppure usare un bicchiere. Non ci crederete ma questo piccolo gesto vi farà risparmiare circa 6 litri d'acqua ogni minuto.

**2) Doccia vs Bagno.** Non c'è dubbio scegliete la doccia risparmierete in media il 75% del consumo di acqua. Ma questo non basta anche il tempo che passate sotto la doccia è prezioso se si considera che ogni minuto costa dai 6 ai 10 litri di acqua. Quindi fornitevi di un timer e magari fate a gara in famiglia a chi si lava più velocemente. Inoltre potreste tenere un secchio o una bacinella nella doccia per raccogliere l'acqua "dispersa" mentre attendete che arrivi alla temperatura giusta e raccogliere anche qualche goccia. L'acqua così raccolta nel secchio potrebbe essere usata, ad esempio, per lo scarico del wc!

**3) State ristrutturando il vostro bagno?** Scegliete le cassette scarico wc con il doppio pulsante (da usare in base alle esigenze) oppure con il regolatore di flusso. Questa accortezza vi consentirà di risparmiare annualmente molti litri d'acqua. Se avete un vecchio scarico non disperate, basta inserire nella vaschetta una bottiglietta d'acqua che vi farà risparmiare mezzo litro d'acqua ad ogni scarico e che si trasformeranno in centinaia di litri a fine anno.

**4) Per lavare i piatti utilizzate l'acqua di cottura della pasta,** non solo risparmierete acqua ma come dicevano le nostre nonne grazie alla presenza dell'amido e dei sali minerali le vostre pentole saranno pulitissime e gli scarichi non saranno inquinati da sostanze chimiche.

**5) Lavatrici e lavastoviglie vanno fatte solo a pieno carico** non solo risparmierete acqua ma anche

energia elettrica e quando ne acquistate una nuova oltre a controllare i consumi energetici controllate anche i consumi idrici. Magari il costo iniziale sarà maggiore ma sarete ben presto ripagati della spesa sostenuta.

**6) Perde il rubinetto? Riparatelo celermente,** con un piccolo intervento potreste risparmiare molti litri di acqua.

**7) Avete un giardino o un balcone?** Per innaffiare le vostre piante potete raccogliere l'acqua piovana (con cisterne o iniziando da semplici contenitori) oppure usare l'acqua utilizzata per il lavaggio di frutta e verdura. Altra soluzione è l'acqua dei condizionatori (che vi ricordiamo può essere impiegata anche per il ferro da stiro) non solo, ma se avete una vasca dei pesci potete utilizzare anche l'acqua tolta dalla stessa. Ora innaffiare le vostre piante sarà sicuramente meno costoso. Non siete d'accordo?!

**8) Installate areatori nei rubinetti** di casa: questi miscelando acqua e aria vi garantiranno la stessa pressione dell'acqua dimezzandone però i consumi.

**9) Controllate periodicamente il contatore** dell'acqua in questo modo terrete sotto controllo i consumi e vi accorgete se vi sono perdite.

**10) Quando partite per un viaggio ricordatevi di chiudere il rubinetto** centrale dell'acqua in questo modo eviterete non solo grandi spechi in caso di guasti ma scongiurerete anche eventuali danni ai vostri vicini.



Si tratta di piccoli gesti che possono però fare la differenza perché ricordiamoci sempre:  
**una vita a Minimo Impatto è possibile!**

# STILI DI VITA A MINIMO IMPATTO

## 3 regole per un picnic ecosostenibile



### PICNIC: DOVE ANDARE?

Si può scegliere di rimanere in città prediligendo un parco o un giardino. O andare in spiaggia, in campagna o in montagna.

Se andiamo in una riserva è fondamentale sapere che alcune parti sono accessibili, altre sono ad esclusivo godimento della fauna locale che va protetta.

Molto importante è **lasciare i luoghi puliti e non infrangere le eventuali regole, specie se ci si trova in aree protette**. Biodiversità, flora e fauna hanno equilibri davvero fragili. Chi non ricorda la bellissima spiaggia rosa di Budelli in Sardegna? Costretta alla chiusura oramai da anni a causa dei tanti turisti che non hanno resistito a depredare una delle più belle oasi dell'isola...

### PIATTI BICCHIERI E... PICNIC

Durante una scampagnata, la scelta più comoda per mangiare è quella di ricorrere alle foresterie e gastronomie locali, ma tale ipotesi non sempre si rivela praticabile (o economica) e poi fa venire un po' meno lo spirito di avventura! E allora via con plaid o scegliendo luoghi con aree picnic attrezzate con tavolini e panche. Se scegliamo di portarci da casa tutto l'occorrente per il nostro pranzo al

sacco, sarà preferibile trasportare i cibi in **contenitori termici lavabili** e adoperare **posate e piatti da campeggio riutilizzabili**.

Ove ciò non sia proprio possibile, si potrà **optare per le stoviglie compostabili**, da buttare a fine pasto con i residui di cibo nella raccolta dell'umido. Per aver un'idea di prezzo si va dai 11,99 euro per un **kit picnic monouso biodegradabile** per 15 persone a cifre che in media spaziano tra i 50 e i 120 euro per un cestino con tutto il necessario (apribottiglie e piatti di porcellana compresi) per quattro persone, rigorosamente riutilizzabile.

### PASSATEMPI ALL'ARIA APERTA

Cosa fare (prima e dopo aver mangiato)? Il primo consiglio è **scoprire la flora e la fauna locale**. Tra cartelli e app (spesso predisposte dai parchi e da progetti locali) la biodiversità potrà essere una "caccia al tesoro" ecocompatibile. Attenzione però a non compromettere l'equilibrio delicato della natura. Un prato, una palla, un frisbie e un aquilone potranno rendere magico e divertente la nostra giornata di festa all'aria aperta. Ancor più se avremo con noi i nostri amici cani.

**Un consiglio:** occhio ovviamente alla protezione solare!

---

**BIODEGRADABILE E  
COMPOSTABILE**

[www.minimoimpatto.com](http://www.minimoimpatto.com)

---



# MATERIALI A MINIMO IMPATTO

## Il MATER-BI®, e la storia di Ecozema



*Le plastiche innovative compostabili derivate da materiali di origine vegetale rinnovabile rispondono ad esigenze di mercato che sono ancora molto radicate: resistenza, durabilità, praticità*

### **COS'È IL MATER-BI®**

Il MATER-BI® è un'innovativa famiglia di **bioplastiche biodegradabili e compostabili** che vanta numerosi brevetti e diversi campi di applicazione, sviluppati grazie a venticinque anni di ricerca e innovazione per offrire soluzioni a specifici problemi ambientali conciliando qualità e performance dei prodotti con l'efficienza dell'uso delle risorse.

I materiali in MATER-BI®, ottenuti da una serie di tecnologie proprietarie e prime al mondo nel campo degli amidi, delle cellulose, degli oli vegetali e delle loro combinazioni, vengono realizzati attraverso una **filiera integrata che coinvolge ben tre siti produttivi italiani**.

Nelle prossime pagine scopriremo **Ecozema**, azienda leader nella lavorazione del MATER-BI®.





Ecozema da quasi un secolo produce e distribuisce prodotti di alta qualità per la casa, dal 2000 la società ha iniziato a sperimentare i biopolimeri, come il MATER-BI® di Novamont, e ha iniziato a lavorare con questi materiali per creare delle linee di **prodotti monouso per catering ma anche per utilizzo familiare che rispettassero l'ambiente.**

Tutti i prodotti Ecozema sono infatti realizzati con materiali **100% biodegradabili e compostabili** secondo la normativa EN13432, tuttavia i materiali impiegati per realizzare i vari prodotti sono di diversa natura in modo che gli stessi si possano adattare alle varie esigenze. Per conoscere la filosofia di questa azienda abbiamo intervistato il Dott. Armido Marana, AD di Ecozema, che ci ha raccontato una bellissima storia fatta di lavoro, di ingegno e soprattutto di sostenibilità.

## Intervista ad Armido Marana



Armido Marana  
Ecozema Fabbrica Pinze Schio

Dott. Marana ci può raccontare l'origine della società?

L'azienda (Fabbrica Pinze Schio, ndr) nasce a metà '800 a Schio provincia di Vicenza, inizialmente si trattava di una falegnameria producevamo grandi pinze di legno per l'industria della concia, un'attività all'epoca molto fiorente in zona, poi, **nel 1950 abbiamo affiancato al legno i primi materiali termoplastici**, ed inserito in azienda le prime presse ad iniezione.

Come avete intrapreso la strada verso la sostenibilità?

Alla fine degli anni '90 la crisi ci ha portato a modificare alcuni nostri comportamenti aziendali, a rivedere le nostre strategie e politiche commerciali. Dovevamo puntare su mercati diversi per sopravvivere, in altre parole dovevamo fare la differenza.

Di necessità virtù  
**I biopolimeri per superare la crisi e per aiutare il pianeta**

Non nego che per noi quelli sono stati anni difficili, ma proprio **dalle difficoltà nascono le migliori idee** che ci hanno portato ad intraprendere una nuova strada quella appunto della sostenibilità. Tutto questo ci ha portato nel 2000 ad iniziare la sperimentazione con i biopolimeri.

## circolo virtuoso dei nostri prodotti



Posate, piatti e bicchieri Ecozema® sono una **valida alternativa alla plastica**, in grado di offrire **le stesse prestazioni** ma con alle spalle un importante valore di **sostenibilità ambientale.**

## Come nasce il marchio Ecozema?

Dopo 5 anni di sperimentazione, nel 2005 nasce finalmente Ecozema. Piatti, bicchieri e posate realizzate con biopolimeri o con fibre vegetali che una volta utilizzate possono essere gettate nell'umido, in modo che non diventino rifiuti da inviare ad un inceneritore, ma che si trasformino in una risorsa. Mi piace definirlo un circolo virtuoso, grazie infatti al compostaggio, i prodotti potranno tornare a nuova vita. Il compost così ottenuto fertilizzerà il terreno, su cui poi nasceranno altre piante dalle quali si otterranno nuovamente materie prime.

---

**5 anni di sperimentazione  
Per prodotti 100% biodegradabili  
e compostabili**

---

Mi permetta di aggiungere una cosa che amo sottolineare di questi prodotti: tutti sono conformi alla **normativa EN 13432** quindi **100% biodegradabili e compostabili**. Per me un vero punto di forza dell'azienda.

### Qual è stato il passo successivo?

Abbiamo dovuto **creare alleanze sinergiche** con aziende che abbracciassero la nostra stessa filosofia. Questo passaggio è stato essenziale per far conoscere sempre di più sul mercato i nostri prodotti e la nostra azienda. Ripeto alleanze sinergiche, senza andare dal notaio, ma che si fondano su un accordo per cui ognuno deve fare bene il proprio mestiere, condividendo i risultati. Un esempio, Minimo Impatto, che è nostro partner logistico e commerciale e con noi ha collaborato a far conoscere e distribuire questo tipo di prodotti.



### Per concludere...

Io penso che ci siano molti modi per aiutare il pianeta, il nostro è stato quello di fornire ai consumatori una scelta di prodotti che potessero fare la differenza ambientale.



# MATERIALI A MINIMO IMPATTO

## II MATER-BI® - approfondimento

### COME VIENE LAVORATO

Il MATER-BI® si presenta in granuli che le aziende trasformatrici possono lavorare con le più comuni tecnologie di trasformazione usate per le plastiche tradizionali:

**Filmatura:** il MATER-BI® può essere filmato utilizzando impianti di filmatura tradizionali e con temperature di estrusione più basse rispetto allo standard. In base alle specifiche applicazioni di destinazione sono disponibili diversi gradi di MATER-BI®, che danno origine a film biodegradabili e compostabili

**Estrusione:** con il MATER-BI® è possibile produrre, sulle tradizionali linee di estrusione, numerose applicazioni quali reti tessute per il confezionamento di prodotti alimentari, contenitori rigidi o semirigidi

**Termoformatura:** attraverso la termoformatura il MATER-BI® può essere impiegato per la produzione di vaschette, vasi per florovivaistica e contenitori rigidi

**Extrusion coating e extrusion lamination:** il MATER-BI® è idoneo per le tecnologie di Extrusion Coating e Extrusion Lamination di molti tipi di substrati comuni (carta, cartone, plastica, alluminio, tessuto)

**Stampaggio ad iniezione:** tramite stampaggio a iniezione è possibile realizzare diversi oggetti in MATER-BI®, quali posate, penne, gadget, giocattoli, vasetti per florovivaistica, clips per agricoltura

**Espansi:** con il MATER-BI® è possibile ottenere prodotti espansi per l'imballaggio (Loose Fillers), costituiti prevalentemente da amido e completamente biodegradabili e idrosolubili

### DOVE VA BUTTATO?

Molti prodotti monouso in MATER-BI® sono biodegradabili e compostabili. Queste due proprietà permettono a una materia plastica di essere recuperata attraverso il RICICLAGGIO ORGANICO DEI RIFIUTI SOLIDI ORGANICI (compostaggio e gestione anaerobica) e sono specificate dalla norma europea EN 13432.

### Le posate monouso in MATER-BI® Possono degradare in compostiere industriali in 12 settimane

Possono dunque degradare in compostiere industriali in 12 settimane, laddove il perfetto equilibrio di microbi, umidità e calore sono garantiti. Dove non è possibile differenziare il rifiuto e conferire la frazione organica/umida ad un operatore comunale che lo avvia a compostaggio, questi prodotti vanno buttati nell'indifferenziato.

### BIODEGRADAZIONE MARINA

Il packaging alimentare compostabile non deve essere disperso nell'ambiente, non è previsto che si degradi se buttato nell'ambiente e non è la soluzione per l'inquinamento marino. Ciò nonostante attraverso prove di laboratorio, campioni di MATER-BI® sono stati esposti a sedimenti marini prelevati dalla zona litoranea, habitat in cui finiscono molti rifiuti plastici. I dati dei test confermano che il MATER-BI® tende a biodegradare anche in condizioni naturali, quale l'ambiente marino, in tempi relativamente brevi. Le prove di laboratorio supervisionate dall'Istituto Italiano dei Plastici (IIP) sono state verificate da Certiquality, nell'ambito del Programma pilota della Commissione Europea "Environmental Technology Verification" (ETV).

## STREET FOOD

---

*Sono sempre di più i Trucker in Italia, lo street food continua a fare tendenza grazie anche a tanti Festival e manifestazioni dedicate al tema. Ormai le proposte culinarie di cibo di strada sono le più variegatae, così come variegatae sono le opzioni di packaging adatte.*





▲  
contenitori in polpa di cellulosa, richiudibili grazie al coperchio incernierato, perfetti per l'asporto anche di cibi caldi.



▲  
Per una frittura croccante preparata al momento scegliete una carta alimentare antiunto adatta, sicura, ecologica e dalle ottime prestazioni

---

Barchette in cartoncino con spalmatura in bioplastica o semplici carte alimentari sono adatte per uno street food veloce ed ecologico.

▼





Per succhi, smoothies o una spremute 100% naturali  
abbina un bicchiere **100% compostabile**.



# LE MIGLIORI NOTIZIE PER UN MONDO A MINIMO IMPATTO?

LE RACCONTIAMO SU

**FATTI**di**GREEN**



VAI SU [WWW.FATTIDIGREEN.IT](http://WWW.FATTIDIGREEN.IT)



**Minimo Impatto s.r.l.**

Via Pier Paolo Pasolini, 1  
00065 Fiano Romano (RM)

Tel. 0765 455192

[info@minimoimpatto.com](mailto:info@minimoimpatto.com)

[www.minimoimpatto.com](http://www.minimoimpatto.com)

[www.ecostoviglie.com](http://www.ecostoviglie.com)



**VIVERE A MINIMO IMPATTO**  
piccoli gesti, ogni giorno.