



2023, è arrivato lo SPRECOMETRO!

One health, one earth **STOP FOOD WASTE**

**SPRECOMETRO®  
WASTEMETER**

Seguici su [@sprecometro](#)

Quantità	Prodotto	Costo
-16g	Pane fresco	€ -0,49
-17g	Cicoria	€ -0,27
-24g	Mela	€ -0,23
-17g	Pasta	€ -0,36

**AGGIUNGI UNO SPRECO**

**I miei progressi**

Metrica	Valore	Cambiamento
Perdita economica (settimanale)	€ -1,56	+5%
Impronta ecologica (settimanale)	+0,44t CO <sub>2</sub>	-19%

Download on the **App Store** | GET IT ON **Google Play**

Scaricabile liberamente in tutti gli store e gratuitamente utilizzabile!

Il nostro gesto #sprecozero quotidiano per prevenire gli sprechi, calcolare l'impatto economico e ambientale. Ogni giorno, un gesto di impegno e responsabilità per la salute nostra e dell'ambiente. Da soli o in famiglia, o con gruppi di amici e colleghi.

C'è **un gesto e c'è un'azione concreta** che possiamo tutti fare, anche subito, per la salute nostra e dell'ambiente: **scaricare e attivare la nuova app Sprecometro**, uno strumento quotidiano per vivere in modo sostenibile. Sprecometro, presentato in occasione della 10<sup>a</sup> Giornata Nazionale di Prevenzione dello spreco alimentare dal fondatore Spreco Zero **Andrea Segrè** con l'Ambasciatore buone pratiche **Andrea Maggi**, è l'**app istituzionale** sviluppata dall'Osservatorio Waste Watcher International su cibo e sostenibilità, **gratuitamente scaricabile e utilizzabile**. Sviluppata per la direzione scientifica dell'agroeconomista Andrea Segrè, nasce in vista della Giornata antispreco nell'ambito della Campagna Spreco Zero, attraverso il lavoro congiunto del Dipartimento di Scienze e Tecnologie agro-alimentari dell'Università di Bologna e di Last Minute Market impresa

sociale spin off accademico dell'Alma Mater. Serve a misurare e prevenire lo spreco di cibo, da soli o in gruppo (famiglia, amici, gruppo di lavoro, comuni...). Aggiornando puntualmente il proprio comportamento grazie al **diario dello spreco contenuto nell'app**, l'utente può valutare i progressi avvenuti nel corso del tempo fissando degli obiettivi di riduzione in linea con l'Agenda Onu per lo sviluppo sostenibile, in particolare il 12.3: "dimezzare lo spreco alimentare entro il 2030". L'app inoltre attribuisce dei punteggi per ogni variazione in diminuzione dello spreco individuale nel tempo e per ogni contenuto visionato: video, lettura delle schede, risposte corrette dei quiz consentendo di confrontarsi con altri utenti. E consente di **attivare dei gruppi di riferimento: amici, famiglia, classe scolastica/universitaria, dipendenti aziendali, pubblica amministrazione...** In questo modo si potranno calcolare i dati aggregati di impatto economico e ambientale per valutare i progressi dei singoli, dei gruppi di amici e del totale degli utenti: una sfida da vincere tutti assieme!

Ma attivare un gruppo non mette "solo" in competizione positiva i vari membri permettendo loro di confrontarsi l'un con l'altro, ma in quelli che saranno i gruppi più attivi, periodicamente, verrà lanciata una competizione interna tra i membri del gruppo stesso. L'obiettivo è quello di arrivare primi in classifica accumulando più punti possibili! Alla fine della competizione il primo in classifica verrà avvisato dalla notifica dello Sprecometro.

Ma chi arriva in cima alla classifica del suo Gruppo cosa vince?

Oltre a risparmiare denaro e ridurre l'impronta sul pianeta, il suo comportamento virtuoso gli farà guadagnare un premio in "natura" che potrà donare a un ente caritativo del suo territorio. I premi in "natura" (alimenti, farmaci, beni essenziali...) verranno messi a disposizione da supporter, partner e i donatori.

Ma **Sprecometro** è molto di più, è **uno strumento prezioso per stimare l'impatto economico (in euro) e ambientale (in CO2 e H2O) dello spreco del cibo nelle case, nelle comunità aziendali e scolastiche, nelle città**. L'app misura infatti in grammi lo spreco alimentare di singoli e gruppi, valutando la perdita economica (Euro), l'impronta carbonica (CO2 e km percorsi da un'auto) e l'impronta idrica (H2O e bottiglie di acqua da 0.5 l).

Nella fase sperimentale, fra dicembre 2021 e gennaio 2022, **oltre 500 studenti di tutta Italia, ovvero la totalità degli allievi dei nuovi Licei quadriennali sulla Transizione ecologica e digitale (TRED), che fanno in questo anno scolastico il loro esordio formativo, hanno già testato in versione beta Sprecometro**, che fornisce consigli, video, buone pratiche e le ricette per azzerare lo spreco di cibo a casa e calcolare ogni giorno la nostra impronta ambientale. I dati raccolti in due mesi di prova ci hanno monitorato uno spreco alimentare di circa 200 kg, per un valore economico di circa 1.500 €.

Dalla data di lancio, 31 gennaio 2023, l'app è stata adottata da più di 10.000 cittadini, che hanno formato 118 gruppi. Più 113.000 € il valore del cibo gettato nel monitoraggio di Sprecometro, per un impatto ambientale pari a 56.000 kg di CO2 equivalente e 3.480 m3 di acqua. Dati sicuramente interessanti ma difficili da comprendere appieno nella loro dimensione da utenti non esperti. Ecco perché sono stati "tradotti" con equivalenze capaci di renderli più leggibili. Ad esempio, 56.000 Kg di CO2 equivalente corrispondono a poco più di 400.000 Km percorsi da un'automobile di media cilindrata, pari a 10 giri della terra se lungo tutto l'equatore fosse stata costruita un'autostrada. Invece 3.480 m3 di acqua corrispondono al contenuto di una piscina olimpionica e mezzo. Infine, 113.000 € equivalgono, circa, alla spesa alimentare di una famiglia media italiana per oltre 20 anni. Con questa rappresentazione è più comprensibile l'impatto di quello che può sembrare un piccolo e poco significativo gesto, cioè aprire il bidone della spazzatura e gettarci dentro pochi grammi di avanzi. E si può intuire quanto potenzialmente potrebbero crescere questi valori se si misurasse lo spreco di una nazione intera.

Ma se invece di una sola nazione si misurasse il mondo?

## SPRECOMETRO, LA SFIDA

L'Agenda ONU 2030 con i 17 Obiettivi di Sviluppo Sostenibile (SDGs) è diventata il quadro di riferimento imprescindibile per promuovere la sostenibilità ambientale, sociale ed economica a livello globale. Ma, mentre il 2030 si avvicina rapidamente - mancano meno di 7 anni - il raggiungimento degli Obiettivi si allontana. Certo pandemia, guerra, riscaldamento globale ostacolano il percorso.

Eppure, non è proprio dalle crisi che si possono produrre dei cambiamenti e magari spingere le nostre azioni verso un futuro prossimo più sostenibile?

E poi, se oltre a una direzione e a degli obiettivi, nessuno ci dà le indicazioni concrete di dove andare e non ci fornisce una misura dei risultati raggiunti e quanto manca alla meta, come possiamo sapere se stiamo andando bene?

Lo Sprecometro è uno strumento individuale e collettivo che ci aiuta proprio a seguire una bussola per non rimandare l'Obiettivo Onu che al 2030 chiede di ridurre lo spreco alimentare del 50%. Questa, più di molte altre lanciate dagli SDGs, è una *Sfida* da vincere tutti assieme. Una *Sfida* dove ognuno può dare un suo contributo fattivo tenendo conto che l'alimentazione soddisfa un bisogno primario, ha un impatto sulla salute, l'ambiente, l'economia.

Lo Sprecometro - uno strumento tanto agile e veloce quanto "solido" dal punto di vista scientifico - in sole 3 domande e 5 minuti di tempo, e con l'aggiornamento di un diario, misura quanto cibo sprechiamo all'interno delle nostre mura domestiche. Ci fa capire non solo quali alimenti sprechiamo, ma anche il perché li gettiamo via ancora buoni da mangiare. Per ognuno di noi lo Sprecometro definisce, alla fine della prima (e unica) rilevazione, un identikit preciso - Sprecone, Disattento, Attento, Parsimonioso - che periodicamente verrà aggiornato a seconda degli aumenti o diminuzioni degli sprechi domestici ed anche in base al percorso informativo ed educativo che verrà intrapreso seguendo i mini-video, le schede informative di approfondimento e rispondendo ai relativi quiz, che ci aiuteranno concretamente a ridurre lo spreco alimentare domestico e adottare diete sane. Periodicamente potremo verificare se gli esercizi funzionano e confrontarci con tanti altri che come noi si pongono lo stesso obiettivo: siccome la Sfida globale è ridurre della metà lo spreco alimentare la vittoria finale dipende dal numero di partecipanti. Tanto maggiore è la Comunità tanto più importanti saranno i risultati.

Nel momento in cui viene scaricata l'app e poi effettuato il login, ci verrà richiesto di compilare un breve questionario che ha l'obiettivo sia di quantificare lo spreco alimentare generato dal nuovo utente nella settimana precedente (confrontandolo con quello della media nazionale che è pari a 524,1 gr pro capite per settimana), sia di attribuire un profilo, in funzione del proprio spreco pro capite. L'app richiede un aggiornamento continuo degli alimenti sprecati, avvicinandosi ad una metodologia di rilevazione molto più accurata: il diario dello spreco. Infatti, se il questionario chiede di ricordare ciò che è accaduto nella settimana precedente, per cui il dato che si riporta può peccare di sottostima sia per dimenticanza sia per bias cognitivo (nello specifico tendiamo a crearci una nostra realtà, e quindi dichiariamo di aver sprecato meno cibo rispetto a quanto realmente accaduto, perché sprecare è considerato un "cattivo" comportamento), il diario richiede una compilazione giornaliera, che ci permette di essere più precisi. Ciò è dovuto al fatto che è più difficile scordarsi di quanto accaduto da poco tempo ed anche perché riportando di volta in volta ciò che si getta le quantità risultano essere, solitamente, contenute, per cui le "distorsioni" si riducono.

## COME FUNZIONA SPRECOMETRO, PASSO PER PASSO

- Appena scaricata l'app, per registrarsi e aprire un account, è necessario rispondere ad un questionario iniziale, durata non superiore a 5 minuti, che ha l'obiettivo di targettizzare l'utilizzatore dell'app in uno dei 4 profili creati (oltre), differenziati in base alle risposte di un questionario sulle abitudini di consumo e spesa alimentare ma anche sulle quantità in grammi di spreco per 23 categorie di alimenti (carne rossa, carne bianca, frutta fresca, verdure, pane...).
- Terminato il test iniziale viene assegnato all'utente un profilo, dal meno attento al più attento: Sprecone, Disattento, Attento e Parsimonioso.
- L'app inoltre fornisce, in base alla quantità in grammi di spreco per ogni singolo alimento, una misura in grammi totali e una misura dei relativi impatti economici (perdita in euro) ed ambientali (impronta ecologica, espressa in kgCO<sub>2</sub>eq, ed idrica, espressa in m<sup>3</sup> di acqua) che varia nel tempo in base agli aggiornamenti apportati dallo stesso utente dello spreco.
- In più i dati relativi all'impronta carbonica sono convertiti live in km percorsi da un'auto e l'impronta idrica è espressa anche in bottiglie d'acqua da 0.5 l, così da dare una veloce raffigurazione dell'impatto agli utenti. Gli impatti verranno inoltre tradotti in grafici che sono sempre disponibile sulla dashboard.
- L'utente può migliorare il suo profilo periodicamente in base ai grammi dei vari alimenti sprecati, che potranno essere aggiornati giornalmente, settimanalmente o con una propria periodicità, grazie alla visione dei contenuti educativi che l'app propone, e che sono strutturati come video (indicativamente di 2-3 minuti), schede informative di approfondimento e quiz per valutare l'effettivo apprendimento del contenuto educativo.
- L'app attribuisce dei punteggi per ogni variazione in diminuzione dello spreco individuale nel tempo e per ogni attività a cui si partecipa: visione dei video, lettura delle schede, risposte corrette dei quiz.
- Gli utenti potranno vivere la loro esperienza nello Sprecometro in modo singolo o aggregato. Vi è infatti la possibilità di creare gruppi tra amici, colleghi, compagni di classe, aziende, pubblica amministrazione ecc.
- Il punteggio totale acquisito, oltre a servire a definire il proprio profilo è anche funzionale al confronto all'interno del gruppo di appartenenza. Così da stimolare una sana competizione rispetto alla riduzione degli sprechi e al miglioramento delle proprie abitudini di consumo e spesa.
- Nei gruppi più attivi, periodicamente, verrà lanciata una competizione interna tra i membri del gruppo stesso. L'obiettivo è quello di arrivare primi in classifica accumulando più punti possibili. Alla fine della competizione il primo in classifica verrà avvisato dalla notifica dello Sprecometro. Chi arriva in cima alla classifica del suo Gruppo oltre a risparmiare denaro e ridurre l'impronta sul pianeta, guadagnerà un premio in "natura" che potrà donare a un ente caritativo del suo territorio. I premi in "natura" (alimenti, farmaci, beni essenziali...) saranno messi a disposizione da supporter, partner e donatori.
- L'app è in grado di calcolare non solo il dato personale dell'utente ma anche il dato aggregato del cluster (amici) dove è inserito, ed esso sarà visualizzabile dall'intero cluster di amici.
- È quindi possibile per ogni cluster estrapolare i dati, analizzarli e produrre report periodici valutando i progressi nel tempo e le variazioni delle impronte dello stesso gruppo.

## E TU, DI CHE SPRECO SEI? FAI IL TEST DELLO SPRECOMETRO!

### ECCO I PROFILI:

**SPRECONO:** Fare la spesa e prepararti pranzo e cena non sono attività nelle tue corde, ti piace dedicare il tuo tempo ad altro. Per cui il tuo rapporto con il cibo inizia e finisce con il tempo necessario a consumarlo. Ciò che avanza quindi spesso finisce gettato. Per queste ragioni ti suggeriamo vivamente di analizzare e prendere spunto dalle buone pratiche che hanno vinto nei diversi anni il Premio Vivere a Spreco Zero, di leggere attentamente il libro il Metodo Spreco Zero e di iniziare subito il percorso informativo ed educativo seguendo attentamente i mini-video,

leggendo completamente le schede informative e svolgendo i relativi quiz proposti da **Sprecometro**.

**DISATTENTO:** Il consumo di cibo per te è un aspetto legato più che altro alle esigenze fisiologiche che va a soddisfare. Per cui il cibo non è al centro delle tue attenzioni e spesso dispensa e frigorifero sono poco organizzati e quindi diventano i luoghi del dimenticatoio, e in alcuni casi l'anticamera della pattumiera. Per queste ragioni ti esortiamo di prendere spunto dalle buone pratiche che hanno vinto nei diversi anni il Premio Vivere a Spreco Zero, di consultare periodicamente il libro *il Metodo Spreco Zero* e di iniziare il percorso informativo ed educativo visionando i mini- video, leggendo le schede informative e svolgendo i relativi quiz proposti da **Sprecometro** e nel caso di errore visionando e leggendo nuovamente mini-video e schede.

**ATTENTO:** Per te lo spreco di cibo è legato a eventi fortuiti e occasionali più che a vicende abituali. È necessario aumentare quindi l'attenzione e soprattutto stare più attenti alla pianificazione degli acquisti e dei consumi. Sei bravo ma ti consigliamo lo stesso di prendere qualche spunto dalle buone pratiche che hanno vinto nei diversi anni il Premio Vivere a Spreco Zero, perché no di tenere sulla scrivania il libro *il Metodo Spreco Zero* e di migliorarti seguendo il percorso informativo ed educativo seguendo i mini-video, le schede informative e i relativi quiz proposti da **Sprecometro**.

**PARSIMONIOSO:** Sei sicuramente un consumatore attento e informato, il concetto di sostenibilità fa parte del tuo background quindi la prevenzione e la lotta allo spreco alimentare sono per te un modo di agire consolidato. Ma visto che non si finisce mai di imparare ti consigliamo di sfogliare le buone pratiche che hanno vinto nei diversi anni il Premio Vivere a Spreco Zero perché potresti trovare qualche nuova pratica che non conosci, e di metterti in gioco con il percorso informativo ed educativo seguendo i mini-video, le schede informative e i relativi quiz proposti da **Sprecometro** per vedere se quanto già sai è corretto o meno. Con il tuo profilo, e i punti acquisiti, puoi diventare il primo del tuo gruppo, vincere un premio e trainare tutti gli altri verso un mondo senza spreco.

### **SPRECOMETRO CHALLENGE: “Meno Sprechi Più Doni”**

#### **Più è attivo il tuo gruppo, più doni a chi ne ha bisogno**

Con **“Sprecometro challenge. Chi meno spreca più dona”**: lo Sprecometro riconosce e valorizza i propri utenti. Attraverso un innovativo sistema di premi, l'app incoraggia i cittadini a imparare e adottare le migliori pratiche per ridurre lo spreco alimentare.

Sprecometro infatti premia i partecipanti dei gruppi più attivi, dando l'opportunità di donare prodotti alimentari, gentilmente offerti da aziende partner, a enti caritativi che si dedicano ad assistere le persone bisognose di cibo. In poche parole, il comportamento virtuoso di chi combatte lo spreco alimentare va a vantaggio di coloro che necessitano di sostegno alimentare. Questa iniziativa dimostra come la comunità possa unirsi per affrontare sfide complesse come la sicurezza alimentare.

#### **Nuova categoria Premio Vivere a Spreco Zero: staffetta delle scuole**

**Titolo:** Sprecometro Challenge “Meno Sprechi Più Doni”

**Durata:** Novembre 2023 – Giugno 2024

**Requisiti di ammissione:** Scuola Superiore (inferiore o superiore). In alcuni casi vengono valutate anche le scuole elementari

**Frequenza cambio Scuola:** ogni 2 mesi il “testimone” passa ad una nuova Scuola

#### **Contesto:**

Il fenomeno dello spreco alimentare domestico è un problema globale e la Campagna Spreco Zero ha da sempre scelto di approcciare il tema in modo sistemico, puntando da una parte a

promuovere politiche attive per ridurre lo spreco alimentare domestico e dall'altra sviluppando percorsi di educazione alimentare, in particolare nelle scuole e tra i giovani e giovanissimi con l'obiettivo di costituire una società più consapevole. Da sempre lo fa tramite gli strumenti interni alla Campagna Spreco Zero. Due di questi sono il Premio Vivere a Spreco Zero e Sprecometro, che in occasione di questa challenge verranno messi in campo in sinergia.

Il Premio Vivere a Spreco Zero lancia la nuova categoria: "**Sprecometro Challenge, meno sprechi più doni**" dedicata in particolare a una staffetta nelle scuole/classi che nel tempo copra tutta l'Italia.

La "sfida" è rivolta alle scuole, secondarie in particolare, le cui classi (una o più) attiveranno un Gruppo nell'applicazione che consente di registrare gli sprechi quotidiani valutandone l'impatto economico e ambientale, svolgere dei contenuti di educazione alimentare e vedere i progressi nel tempo ottenuti dalla riduzione degli sprechi alimentari anche come punteggio.

Ogni mese, a partire dal lancio (21-23 Novembre) e fino a giugno 2024 vengono presentate nuove scuole/classi di una città/regione diversa, un'ideale staffetta cercando di coprire nel tempo tutto il territorio nazionale.

Alla fine del periodo di rilevazione (Maggio) l'app calcola la scuola/classe che nell'unità di tempo a ridotto maggiormente lo spreco pro capite che vince la sfida. La scuola/classe vincitrice riceve in dono una fornitura di prodotti alimentari (da una delle aziende partner). Il premio però deve essere a sua volta donato ad un ente caritativo che assiste i poveri alimentari situato nello stesso territorio. "Meno sprechi più doni", ovvero – questo è il messaggio - il comportamento virtuoso che ti fa risparmiare denaro e risorse naturali aiuta, con alimenti di qualità (non scarti) chi ha bisogno.

### **Attività:**

A partire da questo contesto, le attività che potranno essere svolte nell'arco del progetto hanno l'obiettivo di coinvolgere più Scuole possibile in questo percorso di educazione alimentare.

Le attività potranno comprendere:

- Una call di allineamento con il referente scolastico nell'ottica di avviare la challenge;
- La Scuola dovrà creare un gruppo a cui tutti gli studenti e insegnanti prenderanno parte e registreranno i propri sprechi singolarmente. D'altro canto, fruiranno dei contenuti collettivamente nell'ottica di instaurare un percorso di educazione alimentare;
- Le Scuole dovranno mantenere attivo, con regolarità, il gruppo corrispondente sia per la quantificazione degli sprechi che per il percorso educativo sui contenuti;
- Alla fine della challenge (giugno 2024) si terrà un evento in cui la miglior Scuola verrà premiata dal testimonial della Campagna Spreco Zero 2023, il Prof. Andrea Maggi.

Info e contatti: [sprecozero@lastminutemarket.it](mailto:sprecozero@lastminutemarket.it) ; [info@sprecometro.it](mailto:info@sprecometro.it)

Press office: Vuesse&c - [ufficiostampa@volpesain.com](mailto:ufficiostampa@volpesain.com)

