

umido,
compostaggio,
e spreco
alimentare



**TUTTO QUELLO CHE DOBBIAMO SAPERE SUL RIFIUTO ORGANICO
E SU COME RIDURLO**

rifiuto organico



cos'è il rifiuto organico?

Il rifiuto organico (o anche “umido”) è quel tipo di scarto che deriva da sostanze vive, animali o vegetali. Esso è quindi molto presente nelle nostre cucine e nei nostri giardini.

Ogni giorno nelle nostre case vengono prodotti molti rifiuti organici come gli scarti delle verdure e gli avanzi del cibo non consumato a tavola, così come molti rifiuti vegetali derivanti dalla pulizia degli orti e dei giardini. Tutti questi scarti sono “organici” e vanno raccolti separatamente dagli altri tipi di rifiuti!

come si raccoglie?

Il rifiuto organico viene raccolto sul territorio del Covar14, preferibilmente in sacchetti compostabili (in mater-bi o in carta) o, in alternativa, nei sacchetti in plastica poi scartati dall'impianto in cui vengono portati i rifiuti organici per essere trasformati in concime.

I sacchetti così raccolti vanno conferiti poi negli appositi **cessionetti marroni**.

rifiuti organici solidi più comuni

- bucce di frutta e verdura
- piccoli ossi di animali
- lische di pesce
- avanzi di formaggi e scorze
- avanzi della pizza
- avanzi della pasta
- fondi di caffè
- bustine del the
- tutti i residui di piatti e tazze in genere dopo aver consumato
- pane raffermo
- cibi scaduti (svuotati dalla confezione)
- fiori recisi



lo sai che...

sono anche rifiuti organici:

I fazzoletti in carta e la carta da cucina sporchi di cibo e oli alimentari perché composti di cellulosa che è una fibra organica.

non sono rifiuti organici:

- ogni tipo di confezione (in carta, plastica, vetro)
- rifiuti liquidi (anche se derivanti da sostanze animali o vegetali)
- lettieri di animali domestici
- sfalci e potature (vedi apposita sezione)

**ci siamo
anche noi!**



verde e ramaglie

Anche il “verde” (erba, sfalci, potature) è un rifiuto organico, ma deve essere raccolto a parte e non mischiato con gli avanzi di cucina in quanto ha dei tempi di decomposizione più lunghi.

come si raccolgono?

In molti comuni c'è un apposito servizio di raccolta con un cassonetto “verde”. L'erba e le ramaglie vanno gettate sfuse, senza alcuno tipo di sacco o sacchetto. In alternativa si possono portare agli Ecocentri Covar14 gratuitamente!

quanto rifiuto organico produciamo?

Il rifiuto organico costituisce circa il 30-35% dei nostri rifiuti.

Sul territorio del Covar14 che conta **260 mila abitanti (dati 2016)**

vengono raccolti ogni mese circa **1.5 mln di chilogrammi (kg)**

di rifiuto organico. Vuol dire che ognuno di noi produce

al mese quasi **6 kg di organico!**



i liquidi vegetali non vanno nella raccolta organico!

Ma come? sono vegetali, quindi organici e non posso disfarmene nella raccolta dell'organico? Ovviamente no!

Come si fa a raccogliere rifiuti liquidi vegetali, come ad esempio gli oli?

Ci sono delle apposite raccolte in tutti gli Ecocentri Covar14.

Gli oli vegetali raccolti (quelli minerali non sono organici) possono essere recuperati per creare nuovi oli lubrificanti.

meno
rifiuti con il
compostaggio
domestico



che cosa è?

Il compostaggio domestico è un processo naturale per ricavare del buon terriccio dagli scarti organici di cucina (avanzi di cibo, scarti di frutta e verdura, filtri di caffè e the, ecc...) **e del giardino.**

Con il compostaggio dei rifiuti organici si può:

- ridurre la quantità dei rifiuti prodotti quotidianamente
- ricavare ottimo concime per il giardino
- ridurre i costi di gestione dei rifiuti, avviandone meno a smaltimento

cosa compostare?

Le materie prime del compost sono gli avanzi di cibo e gli scarti del giardino.



SI: avanzi di frutta e cibi crudi o cotti, filtri di the, fondi di caffè, tovaglioli di carta, piante da vaso, terriccio, peli e piume, trucioli di legno, fogliame ed erba tagliata, scarti dell'orto, cenere.



CON MODERAZIONE: pesce, carne, deiezioni animali (provocano odori, attirano topi e insetti), bucce di agrumi (lenta decomposizione, contengono conservanti), fogliame di alcuni alberi come quercia, castagno, pioppo, betulla, noce (contengono lignina e sono lente a degradarsi).



NO: gusci di noce, noccioli, ossa (decomposizione lenta), carta inchiostrata o plastificata, tetrapack, tessuti tinti (contengono materiali sintetici).

Per fare bene il
compostaggio bisogna
mischiare il più
possibile scarti umidi
e scarti secchi



dove si può fare?

I metodi più usati per fare il compostaggio sono i seguenti:

IL CUMULO E LA CASSA DI COMPOSTAGGIO: Fare un cumulo vuol dire creare una piccola montagnola di un metro circa con i nostri rifiuti organici. Utilizzare una cassa di compostaggio significa invece recintare con una cassa di legno (fatta a listelli in modo che l'aria possa passare) il nostro cumulo. Questi due metodi sono adatti per coloro che posseggono un ampio giardino e garantiscono un buon passaggio di ossigeno e facilità nel rivoltamento del nostro rifiuto.

IL COMPOSTER (O COMPOSTIERA): è invece un vero e proprio contenitore che "avvolge" il nostro cumulo ed è consigliato in spazi più piccoli. Essendo chiuso, il nostro mucchio di scarti organici, dovrà essere rivoltato più spesso per garantire il giusto apporto di ossigeno. Il composte ha uno sportello in alto dove inserire i rifiuti umidi appena prodotti e poterli rivoltare da sopra dove poter prendere il compost che si forma dopo qualche mese.

quali sono i vantaggi?

Se attuato in modo sistematico e seguito in modo costante:

GARANTISCE LA FERTILITÀ DEL SUOLO

fornendo un fertilizzante naturale, utilizzabile nell'orto, in giardino e per le piante in vaso.



CONTRIBUISCE A RIDURRE IL PROBLEMA DEI RIFIUTI

in quanto gli scarti organici sono quelli maggiori come quantità (abbiamo detto il 30-35%) e sono quelli più inquinanti se portati in una discarica o ad un termovalorizzatore!



CONSENTE UN RISPARMIO ECONOMICO

limitando l'acquisto di terricci, substrati e concimi organici ma, soprattutto limitando la spesa collettiva dello smaltimento dei rifiuti: smaltire l'organico in appositi impianti infatti è un costo per l'intera comunità!

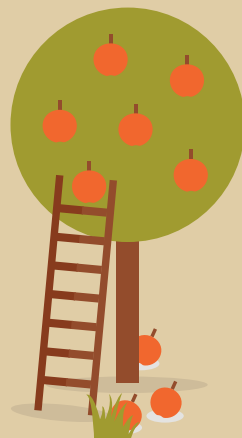


quali sono le buone regole?

Per fare un buon compost bisognerà alternare i materiali "secchi" (ricchi di carbonio come legnetti) con quelli "più umidi" (ricchi di azoto come avanzi di cibo ed erba) senza dimenticare il costante fabbisogno di acqua e ossigeno.

IL LUOGO ADATTO

Scegliere un posto ombreggiato (sotto un albero).
Evitare zone fangose con ristagno d'acqua.



PREPARAZIONE DEL FONDO

Predisporre un fondo che dia possibilità di "drenaggio" con materiale di sostegno (ramaglie, trucioli, pedane in legno ecc.): questo significa mettere una base "forata" per far passare l'acqua che scenderà dal nostro cumulo in modo da non farla ristagnare!

BUONA MISCELAZIONE (AZOTO E CARBONIO), POROSITÀ

Apportare con regolarità materiale vario cercando di alternare strati di **scarti di cucina più umidi** (azotati) e strati di **scarti di giardino più secchi** (carboniosi come rametti, foglie seccate) garantendo così porosità al cumulo.

GARANTIRE L'AERAZIONE

Assicurare la presenza di ossigeno, rimescolando e utilizzando materiali di sostegno (come segatura o rametti).

LA GIUSTA UMIDITÀ

Il nostro compost non deve mai essere troppo secco, bisogna assicurargli sempre il giusto apporto di acqua anche innaffiandolo o favorendo il "drenaggio".



proviamo
con le
nostre
mani!



compostiera da giardino fai da te

Vediamo passo per passo, come costruire una compostiera da giardino:

OCCORRENTE

- Rete metallica 2,5×1,2 mt con maglie di 1 cm
- 2 quadrati di rete 80×80 cm e con maglie da 2 cm
- Un telo verde da ombreggiamento 3,5×1 metro
- Fascette autobloccanti in plastica
- Nastro adesivo telato
- Fil di ferro
- Tronchesina

PROCEDIMENTO

- Utilizzando la rete metallica di maglia 1×1 cm, costruite un cilindro e poi bloccatelo con le fascette in plastica;
- Alla base realizzate una finestra di 20×30 cm utilizzando le tronchesine;
- Rivestite, con il nastro telato, lungo il perimetro la parte staccata;
- Riallacciate, con le fascette, le finestrella al cilindro;
- Formate le due basi con le due reti di maglia di 2 cm;
- Rivestite la base superiore (il coperchio della compostiera) con il telo verde da ombreggiatura e procedete allo stesso modo anche per tutta la superficie esterna del cilindro.

esperimento: prepariamo un concime naturale il macerato d'ortica

L'ortica è una pianta che cresce spontaneamente, la conosciamo per il suo potere urticante ma, in realtà, possiede mille proprietà. In cucina possiamo gustarla in tante ricette, il suo infuso da bere è delicato e depurativo. Grazie all'elevato contenuto di acido salicilico e di acido formico è un efficace mezzo per contrastare la diffusione di numerosi parassiti animali (fra cui il ragno rosso) e vegetali. **È ricca di azoto, ferro, sali minerali, vitamine e stimola la naturale crescita delle piante.**

FATE ATTENZIONE

Per realizzare questa ricetta occorrono alcune precauzioni.

L'ortica cresce ovunque ma la sua raccolta è resa difficoltosa a causa del potere urticante delle foglie.

Munitevi di guanti da giardino e maneggiate con cura la pianta.



OCCORRENTE

- Forbici da giardino
- Secchio
- Acqua
- Ortiche

PROCEDIMENTO

Prendete un grosso contenitore, tipo fusto o secchio e copritelo interamente con le piante dell'ortica senza pressare.

Aggiungere acqua fino a coprire le ortiche e chiudere con un coperchio.

La composizione di acqua e ortiche deve restare chiusa per circa tre settimane.

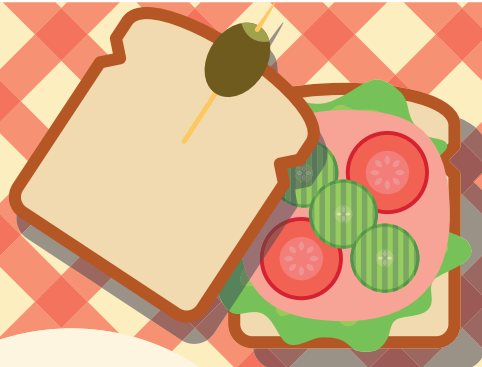
Trascorso il tempo necessario, filtrate il composto e tenetelo in un bottiglione.

COME SI USA IL MACERATO DI ORTICA

Ecco come utilizzare il macerato di ortica una volta pronto.

Diluito in acqua come fertilizzante per piante e fiori, 1 parte di macerato e 20 di acqua. Mettetelo in uno spruzzino e utilizzatelo intorno alle porte e alle finestre contro le formiche in casa. È ottimo nella compostiera perché favorisce il processo di decomposizione.

Usatelo ogni 2 settimane per annaffiare le piante e noterete una crescita rigogliosa.

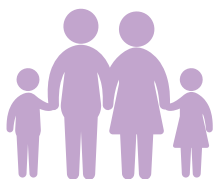


evitiamo
gli sprechi
alimentari

cos'è lo spreco alimentare?

Tra i nostri rifiuti organici buona parte deriva da un fenomeno che si chiama “spreco alimentare”. I cibi che lasciamo scadere la fanno da padrona, ma quante volte ad esempio cuciniamo più di quello di cui abbiamo bisogno e siamo costretti poi a buttarlo? Il termine **spreco** è definito come **l'insieme di quei prodotti alimentari che hanno perso valore commerciale e che vengono scartati dalla catena agroalimentare, ma che potrebbero essere ancora destinati al consumo umano**. Si tratta di prodotti perfettamente utilizzabili, ma non più vendibili, e che sono destinati ad essere eliminati e smaltiti, visto che non si possono più utilizzare in nessun altro modo.

lo spreco in Italia



UNA FAMIGLIA SPRECA

454€
DI CIBO

prodotti
freschi



35%

frutta e
verdura



19%

16%

affettati



10%

10%

10%



pane



prodotti
in busta



altro

riflettiamo assieme

Ogni persona spreca in media **180 kg di cibo all'anno.**

Sono **800 milioni** le persone che nel mondo soffrono la fame, di cui più o meno **200 milioni** bambini

Facciamo finta che anche tu sprechi **180 kg di cibo.**

Pensa alle cose che solitamente butti o vedi buttare a casa o in giro e fai una lista di cosa potresti donare in un anno a chi cibo non ne ha:

avanzi della pasta, pezzi di pane,

da dove proviene tutto questo spreco di cibo?

È molto interessante capire quali siano le fonti dello spreco alimentare. La produzione ed il consumo di cibo infatti passano attraverso 4 grandi fasi ed in tutte si verifica, purtroppo, una grossa perdita di cibo.

FASE 1: PRODUZIONE MATERIE PRIME



8% agricoltura, allevamento

FASE 2: DISTRIBUZIONE



15% negozi, supermercati

FASE 3: RISTORAZIONE



21% bar, ristoranti, osterie, fast food

FASE 4: CONSUMO DOMESTICO



54% a casa in famiglia

**PIÙ DELLA METÀ DELLO SPRECO ALIMENTARE IN ITALIA DIPENDE
PROPRIO DA NOI E DALLE NOSTRE ABITUDINI!**



cosa si può fare?

Ci sono però delle piccole azioni quotidiane che noi, cittadini e consumatori, possiamo mettere in atto per contribuire a ridurre il nostro spreco alimentare:



Fare la lista della spesa

e comprare solo quanto necessario controllando la **scadenza dei prodotti**



Comprare se possibile da **produttori locali**



Scegliere **prodotti di stagione**



Usare meno trasformati e **più ingredienti**

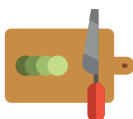


Non servire porzioni eccessive di cibo



Conservare il cibo in modo corretto

in frigorifero, mettendo davanti ciò che scade prima



Imparare a **cucinare usando avanzi e scarti**

ricetta antispreco: polpette di pane raffermo

Molti sono i modi per recuperare il pane secco e non buttarlo (come facevano i nostri nonni), qui c'è una ricetta molto sfiziosa!

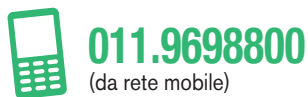
COSA SERVE: 500 grammi di mollica di pane; 4 uova; 100 gr di scorze di formaggi grattugiate (pecorino, parmigiano ecc.); 20 gr di prezzemolo; 2 foglie di basilico

COSA NON SPRECO: pane e uova in scadenza, scorze di formaggi

TEMPO DI PREPARAZIONE E COTTURA: 45 minuti

PREPARAZIONE: fate scaldare il latte e mettetevi la mollica del pane raffermo in ammollo lasciandola per qualche minuto. Strizzatela bene e mescolatela in un contenitore con uova, formaggio grattugiato, sale e prezzemolo tagliato a pezzetti. Fate delle polpette di pane e lasciatele riposare in frigo per almeno 30 minuti. A questo punto potete friggerle in padella. Potrete poi servirle con salsa di pomodoro, altre salse e qualunque verdura!

per informazioni



www.covar14.it

